

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения _____

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Исакова Г.Ф.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**

Категория питающихся: Лагерь ЦДП до 11 лет

Сезон Осень-зима

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя			
Понедельник			
Завтрак			
КП22070	Каша гречневая молочная	150	2/3/5/55
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед			
КП25036	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1/4/21/87
КП25040	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215
КП25002	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3/6/17/95
Вторник			
Завтрак			
КП25049	Каша "Дружба" молочная	150	7/10/24/214
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
КП24185	Молоко с витаминами	1 шт	7/4/10/100
Обед			
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	200	1/3/9/77
КП25046	Картофельное пюре	150	4/7/20/199
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	8/7/8/130
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3/6/17/95
Среда			
Завтрак			
КП25084	Каша пшеничная молочная жидкая	150	6/7/26/187
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Пок0004	Сок 0,2	200	1/0/12/156
Обед			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	8/5/15/200
КП25022	Гречка по-купечески	160	9/8/14/188
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3/6/17/95
Четверг			

Завтрак			
КП25041	Каша манная молочная	200	9/10/23/249
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25023	Печенье в ассортименте	40	
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Обед			
КП25038	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151
КП25114	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150	7/10/23/258
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3/6/17/95
ПОК0287	Фруктовое пюре "Черноголовка" 85гр.в ассортименте	1шт.	0/0/9/150
Пятница			
Завтрак			
КП25073	Макаронные изделия с тёртым сыром	160	12/10/24/299
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	50	4/1/19/118
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед			
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	60	2/4/30/114
КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	2/4/12/160
КП25200	Плов из рисовой крупы и куриным фаршем	150	7/8/19/216
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ШК00129	Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки	40	3/6/17/95