

Согласовано:
Директор МАОУ

Утверждаю
ИП Козырева Е.В.
от 6,5 до 10 лет

ОГД № 19 «Высшая» НТ
Д. В. Медведева

120		
Итого: Энергетический		

Повар-бригадир

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Утверждаю
ИП Козырева Е.В.

на летнюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 10 до 15 лет (включительно)
на территории МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Наименование блюд и изделий		Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
23 июня					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло слив. (порционно)	20/10	147	Суп картофельный с рисом	275	116,4
Каша молочная гречневая с маслом	210	268	Биточки мясные паровые	100	245
Чай с сахаром	200	35	Макаронные изд. отв. с маслом	180/10	198
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Огурец свежий в нарезку	100	46,56
Фрукт (яблоко)	120	118	Компот из ягод (вишня)	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	187/150
Итого: Энергетическая ценность за день 1805,85					
Стоимость рациона:				201,12	
24 июня					
Завтрак			Обед		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с картоф., св., капустой. со смет.	275	134,4
Омлет натуральный с маслом	200	267,98	Рыба (филе минтая) тушеная с овощами	100	224
Зеленый горошек конс. тер. обр.	50	34,8	Картофельное пюре с маслом	180	182,5
Кофейный напиток	200	98,1	Помидор свежий в нарезку	100	3,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Компот из изюма	200	126
Йогурт питьевой в индивид., упаковке	150	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	187/150
Итого: Энергетическая ценность за день 1804,57					
Стоимость рациона:				201,12	
25 июня					
Завтрак			Обед		
Запеканка из творога с соусом молоч.	280/50	442,8	Суп картофельный	275	118,6
Какао на молоке	200	88	Гуляш из свинины	100	259
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Каша гречневая рассыпчатая	180	235
			Огурец свежий в нарезку	100	31,66
			Сок фруктовый (абрикос)	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	70/50	187/150
Итого: Энергетическая ценность за день 1806,95					
Стоимость рациона:				201,12	
26 июня					
Завтрак			Обед		
Тефтели рыбные	100	279	Суп картофельный с макаронными изд	275	83
Картофельное пюре	180	168	Плов с мясом	300	368,6
Огурец свежий в нарезку	50	6	Помидор свежий в нарезку	100	34,8
Чай с сахаром, лимоном	200	41	Компот из смеси с/фруктов с шиповником	200	103,14
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	187/150
Кондитерское изделие (Десерт «Ломтишка»)	45	169			
Итого: Энергетическая ценность за день 1796,43					
Стоимость рациона:				201,12	
27 июня					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло слив. (порционно)	20/10	147	Борщ с картоф., (свекольник) со сметаной	275	206
Каша пшеничная молочная с маслом	200	256	Котлета мясная «Здоровье»	100	211
Чай с сахаром, молоком	200	69	Макаронные изд. отварные с маслом	180/10	190,5
Батон нарезной/Хлеб	30/50	168,97	Огурец свежий в нарезку	100	6
Фрукт (яблоко)	120	115	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	187/150
Итого: Энергетическая ценность за день 1795,11					
Стоимость рациона:				201,12	

Бухгалтер

Повар-бригадир