

УТВЕРЖДАЮ

ИП Гнатко И.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор БОУ г. Омска

СОШ № 60



Циклическое меню лагеря с дневным пребыванием.

Тип меню: П/Ф М

	9921	Номер по сборнику рецептур	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
	1-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/1/1998г.	230	7.958	7.475	43.512	273.940
2	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1087/98.	25	0.000	0.000	4.990	19.950
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	6.057	25.458
5	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	17,442	16,196	126,466	714,677
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	110	13.606	12.181	12.609	214.478
4	Макаронные изделия отварные с	940/2/1998.	180	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:		830	29,012	30,766	104,403	806,204
	Итого за день:		1380	46,454	46,962	230,869	1520,881
	2-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/1998.	250	8.109	8.659	39.808	264.306
2	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
3	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
4	Сдобное изделие в ассортименте	864/2022	50	3.201	4.415	19.502	130.582
5	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1090/98.	15	0.029	0.000	6.262	25.536
	Итого за Завтрак:		550	14,262	13,389	90,232	531,352
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Котлета рыбная(из минтая) тушеная в сметанном соусе с томатом	669/3/1998.	120	11.637	8.144	15.418	177.468
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180	4.450	4.255	46.685	242.840
5	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.220	0.120	16.490	68.650
	Итого за Обед:		850	26,49	25,159	128,533	834,624
	Итого за день:		1400	40,752	38,548	218,765	1365,976
	3-й день						
	Завтрак						
1	Запеканка творожная с морковью	238/2/2011	180	19.908	17.773	33.772	377.940
2	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1087/98.	50	0.286	0.000	33.565	134.660
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	31,578	26,719	158,724	993,877
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	334/2011.	60	0.880	1.752	5.039	38.919
2	Суп гороховый на курином бульоне*	306/3/1998.	250	9.088	9.313	21.120	202.216
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	250	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	32	2.432	0.288	15.904	72.320

5	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.657	0.000	23.948	95.977
	Итого за Обед:		792	26,686	30,224	98,523	756,762
	Итого за день:		1342	58,264	56,943	257,247	1750,639
	4-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/1/1998г.	250	8.662	7.817	47.374	295.352
2	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
3	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
4	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	18,589	16,583	129,031	733,809
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250	5.095	9.455	13.979	159.489
3	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	225	16.922	16.378	26.509	320.538
4	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:		800	28,349	32,148	96,708	780,391
	Итого за день:		1350	46,938	48,731	225,739	1514,2
	5-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/2/1998г.	250	8.611	6.845	50.240	296.663
2	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:		550	12,706	7,295	103,017	524,231
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Котлета куриная запеченная(в)	ТТК	90	13.370	9.969	11.060	187.440
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	180	3.872	3.026	31.299	160.982
5	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	48	3.648	0.432	23.856	108.480
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.220	0.120	16.490	68.650
	Итого за Обед:		828	28,253	25,827	112,765	780,818
	Итого за день:		1378	40,959	33,122	215,782	1305,049
	6-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/2/1998г	230	6.480	6.447	38.262	237.805
2	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1087/98.	25	0.000	0.000	4.990	19.950
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Сдобное изделие в ассортименте	864/2022	50	3.201	4.415	19.502	130.582
	Итого за Завтрак:		550	13,364	11,267	92,384	521,865
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	334/2011.	60	0.880	1.752	5.039	38.919
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Фрикасе из курицы	599/2022	100	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	180	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		820	28,88	30,12	109,236	815,476
	Итого за день:		1370	42,244	41,387	201,62	1337,341
	7-й день						
	Завтрак						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-13-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100

2	Каша молочная с маслом	548/1/1998г.	250	8.662	7.817	47.374	295.352
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	20,446	19,223	123,851	744,929
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп гороховый на курином бульоне*	306/3/1998.	250	9.088	9.313	21.120	202.216
3	Котлета рыбная(из минтая) тушеная в сметанном соусе с томатом	669/3/1998.	120	11.637	8.144	15.418	177.468
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:		840	28,881	26,269	122,555	832,966
	Итого за день:		1390	49,327	45,492	246,406	1577,895
	8-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/1/1998г.	250	14.472	7.774	60.534	358.917
2	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
3	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
4	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	24,399	16,54	142,191	797,374
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	250	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	47	3.572	0.423	23.359	106.220
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.220	0.120	16.490	68.650
	Итого за Обед:		807	24,564	31,694	102,421	777,466
	Итого за день:		1357	48,963	48,234	244,612	1574,84
	9-й день						
	Завтрак						
1	Омлет с отварным картофелем	275/2018	215	13.825	21.703	18.547	321.457
2	Повидло	ТПП	25	0.100	0.000	16.325	61.750
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Сдобное изделие в ассортименте	864/2022	50	3.201	4.415	19.502	130.582
	Итого за Завтрак:		550	21,886	26,658	91,249	678,837
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	334/2011.	60	0.880	1.752	5.039	38.919
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250	5.102	9.619	13.955	160.928
3	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	225	16.922	16.378	26.509	320.538
4	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	71	5.396	0.639	35.287	160.460
5	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.657	0.000	23.948	95.977
	Итого за Обед:		806	28,957	28,388	104,738	776,822
	Итого за день:		1356	50,843	55,046	195,987	1455,659
	10-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/2/1998г.	250	8.611	6.845	50.240	296.663
2	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
3	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
4	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	18,538	15,611	131,897	735,12
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп гороховый на курином бульоне*	306/3/1998.	250	9.088	9.313	21.120	202.216
3	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	250	15.671	19.625	56.584	465.229

4	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:		800	29,191	35,028	121,499	911,309
	Итого за день:		1350	47,729	50,639	253,396	1646,429
	11-й день						
	Завтрак						
1	Каша молочная с маслом	548/1/1998г.	230	7.958	7.475	43.512	273.940
2	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1087/98.	25	0.000	0.000	4.990	19.950
3	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с сахаром/Фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Сдобное изделие в ассортименте	ТПП	60	6.624	8.406	54.512	316.229
	Итого за Завтрак:		550	17,442	16,196	127,464	718,667
	Обед						
1	Закуска овощная (салат)	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Фрикасе из курицы	599/2022	100	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	180	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлебобулочные изделия в ассортименте	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.220	0.120	16.490	68.650
	Итого за Обед:		840	30,163	34,862	108,632	861,823
	Итого за день:		1390	47,605	51,058	236,096	1580,49
	ИТОГО ЗА Завтрак:		6050	210,652	185,677	1316,506	7694,738
	ИТОГО ЗА Обед:		9013	309,426	330,485	1210,013	8934,661
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		15063	520,078	516,162	2526,519	16629,399
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		1369.36	47,28	46,92	229,68	1511,76
	СООТНОШЕНИЕ:			1	0,992	4,858	