

Утверждаю

О.В. Батаикова

04.06.2021 года



04.06.2021 года

Примерное 10-ти дневное меню

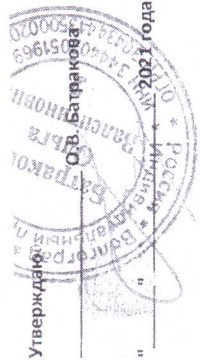
в период каникул при 2-х разовом питании

5 день 04.06.2021

в детских учреждениях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образований Республики Дагестан

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями №160	250	5,6	4,8	21,0	150,7	160	2004
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
Итого за прием пищи:	500	8,8	12,3	55,4	368,0		
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	2011
Птица, тушенная в соусе с овощами №488	150	12,7	16,9	10,8	246,9	488	2004
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4	699	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:	710	22,6	22,0	97,5	679,5		
Всего за день:		31,4	34,3	152,9	1 047,5		

Собор Ф.К. Ферова



Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет на базе муниципального учреждения

в период каникул при 2-х разовом питании

5 день 04.06.2021

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями №160	300	6,9	5,7	25,2	180,8	160	2004
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
Итого за прием пищи:	550	10,1	13,2	59,6	398,1		
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6		
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	82	2011
Птица, тушеная в соусе с овощами №488	200	16,7	22,4	14,4	328,4	488	2004
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4	699	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:	850	29,0	28,7	108,8	606,9		
Всего за день:		38,1	41,9	168,4	1 205,0		

Шофар И.И. Зернова