

МБОУ "Эркешевская основная школа"

Категория: пришкольный лагерь

Дата: 6/2/2025

Утверждаю.

Начальник лагеря

Е.С. Семе

М Е Н Ю	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамин (мг)	Стоимость (руб.)
Завтрак		560	13.60	15.19	72.73	494.75	318.72	56.14
Каша геркулесовая молочная жидкая	129	205	7,75	12,00	33,25	264,5	184,32	15.64
кофейный напиток	148	200	2,7	2,8	22,4	153,00	120,6	10.63
Хлеб пшеничный (50гр.)		50	2,55	0,27	14,88	62,25	0,00	3.90
масло сливочное		5						4.57
Овощная нарезка (томат свежий)		100	0,6	0,12	2,2	15,00	13,8	21.40
Обед		850	12.36	15.03	101.37	570.60	91.77	145.44
Овощная нарезка(огурец свежий)		50	0,4	0,04	1,7	3,5	7,00	6.25
борщ из свежей капусты с картофелем	39	200\8	2,00	5,2	13,1	106,00	48,92	12.95
сцфле Золотая рыбка	87	90						59.46
Картофельное пюре	92	150	3,19	6,06	23,29	160,45	5,38	21.57
компот из изюма	154	200	0,4		27,4	106,00	20,4	9.30
Хлеб пшеничный (50гр.)		50	2,55	0,27	14,88	62,25	0,00	3.90
хлеб уральский(50гр)		50						3.55
фрукт (банан)		250	1,5	0,5	21,00	96,00	10,00	20.29
Сыр п/порционный		10	2,32	2,96	0,00	36,4	0,07	8.18
Итого			25.96	30.22	174.10	1065.35	410.49	201.58

Меню- требование	Номер карточки	Выход	геркулес	Масло сливочное	Молоко	Сахар	Соль	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный	томаты свежие	орурцы свежие	капуста	Картофель	Лук репчатый	Масло растительное	Морковь	паста томатная	свекла	сметана	Рис	Яйца	горбуша	изюм	Хлеб уральский	банан	сыр
	Цена	55	914.5	67.1	90	25	530	Хлеб пшеничный	78	214	125	78	75	75	171	85	155.04	115	276	115	325	577	300	70.91	207	817.5
Завтрак																										
Каша геркулесовая молочная жидкая	129	205	30	7	106	5	2																			
кофейный напиток	148	200			100	20		4																		
Хлеб пшеничный (50гр.)		50							50																	
масло сливочное		5		5																						
Овощная нарезка (томат свежий)		100								100																
Итого (кг) на 12 чел.			0.36	0.144	2.472	0.3	0.024	0.05	0.6	1.2																
Стоимость			19.8	131.69	165.9	27	0.6	26.5	46.8	256.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																										
Овощная нарезка(огурец свежий)		50									50															
борщ из свежей капусты с картофелем	39	200\8					2					20	32	10	4	7	5	30	8							
сцфле Золотая рыбка	87	90		9	9		2							11	5					10	9	77				
Картофельное пюре	92	150		6	54		2						203													
компот из изюма	154	200				20																	25			
Хлеб пшеничный (50гр.)		50							50																	
хлеб уральский(50гр)		50																						50		
фрукт (банан)		250																							98	
Сыр п/порционный		10																								20
Итого (кг) на 12 чел.			0	0.18	0.756	0.24	0.072	0	0.6	0	0.6	0.24	2.82	0.252	0.108	0.084	0.06	0.36	0.1	0.12	0.11	0.924	0.3	0.6	1.175	0.24
Стоимость			0	164.61	50.73	21.6	1.8	0	46.8	0	75	18.72	211.5	18.9	18.47	7.14	9.3	41.4	27.6	13.8	35.1	533.15	90	42.55	243.22	196.2
Итого на 1 питающегося			30	27	269	45	8	4	100	100	50	20	0.235	21	9	7	5	30	8	10	9	77	25	50	98	20
Итого к выдаче на весь день			0.36	0.324	3.23	0.54	0.096	0.05	1.2	1.2	0.6	0.24	2.82	0.252	0.108	0.084	0.06	0.36	0.1	0.12	0.11	0.924	0.3	0.6	1.175	0.24
Стоимость на 1 человека			1.65	24.692	18.05	4.05	0.2	2.12	7.8	21.4	6.25	1.56	17.63	1.575	1.539	0.595	0.777	3.45	2.208	1.15	2.93	44.43	7.5	3.546	20.29	16.35
Общая дневная стоимость			19.8	296.3	216.7	48.6	2.4	26.5	93.6	256.8	75	18.72	211.5	18.9	18.47	7.14	9.3	41.4	27.6	13.8	35.1	533.15	90	42.55	243.22	196.2
																										2542.77

Кладовщик

Алексеева Е.В.

Принял повар:

Чиркова О.А.

Двадцать четыре наименования