

МБОУ "Эркешевская основная школа"

Категория: пришкольный лагерь

Дата: 6/4/2025

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		475	19.45	25.44	35.13	435.75	148.04	64.63
омлет натуральный	78	125	16,00	25,05	2,85	298,5	126,24	34.83
чай с лимоном	146	200	0,3		15,2	60,00	8,00	4.49
Хлеб пшеничный (50гр.)		50	2,55	0,27	14,88	62,25	0,00	3.90
Овощная нарезка (томат свежий)		100	0,6	0,12	2,2	15,00	13,8	21.40
Обед		755	30.30	29.04	96.73	663.63	79.57	150.27
салат овощной	6	100						14.26
рассольник ленинградский	132	25	5,02	11,3	32,37	149,6	9,81	25.23
жаркое по-домашнему	163	150	22,54	17,33	22,13	334,08	47,4	65.03
Компот из смеси сухофруктов	153	200	0,6	0,02	31,4	124,00	22,36	5.80
Хлеб пшеничный (40грамм)		40						3.12
Хлеб Уральский (40гр.)		40	2,14	0,39	10,83	55,95	0,00	2.84
Фрукт (Апельсины)		200						34.00
Итого			49.75	54.48	131.86	1099.38	227.61	214.89

Меню- требование	Номер карточки	Выход	Масло растительное	Масло сливочное	Молоко	Соль	Яйца	лимон	Сахар	чай	Хлеб пшеничный	томаты свежие	капуста	Морковь	орурцы свежие	Картофель	Лук репчатый	огурцы консервир	перловка	сметана	Говядина (котлетное мясо)	паста томатная	Фрукты сушеные	Хлеб уральский	апельсины
		Цена	171	914.5	67.1	25	325	298	90	760	78	214	78	85	125	75	75	170	32	276	720	155.04	160	70.91	170
Завтрак																									
омлет натуральный	78	125	5	5	75	2	120																		
чай с лимоном	146	200						8	15	1															
Хлеб пшеничный (50гр.)		50									60														
Овощная нарезка (томат свежий)		100										100													
Итого (кг) на 12 чел.			0.06	0.06	0.9	0.024	1.44	0.094	0.18	0.013	0.72	1.2													
Стоимость			10.26	54.87	60.39	0.6	468	28.01	16.2	9.88	56.16	256.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																									
салат овощной	6	100	10						5				89	13	32										
рассольник ленинградский	132	25	4			2								10		80	5	10	4	8					
жаркое по-домашнему	163	150	7			2										152	18				103	7			
Компот из смеси сухофруктов	153	200							20														25		
Хлеб пшеничный (40грамм)		40									40														
Хлеб Уральский (40гр.)		40																						40	
Фрукт (Апельсины)		200																							187
Итого (кг) на 12 чел.			0.252	0	0	0.048	0	0	0.3	0	0.48	0	1.068	0.276	0.384	2.784	0.276	0.12	0.046	0.1	1.236	0.084	0.3	0.48	2.24
Стоимость			43.09	0	0	1.2	0	0	27	0	37.44	0	83.3	23.46	48	208.8	20.7	20.4	1.47	27.6	889.92	13.02	48	34.04	380.8
Итого на 1 питающегося			26	5	75	6	120	8	40	1	100	100	89	23	32	232	23	10	4	8	103	7	25	40	187
Итого к выдаче на весь день			0.312	0.06	0.9	0.072	1.44	0.094	0.48	0.013	1.2	1.2	1.068	0.276	0.384	2.784	0.276	0.12	0.046	0.1	1.236	0.084	0.3	0.48	2.24
Стоимость на 1 человека			4.45	4.573	5.03	0.15	39	2.384	3.6	0.76	7.8	21.4	6.942	1.955	4	17.4	1.73	1.7	0.128	2.208	74.16	1.09	4	2.836	31.79
Общая дневная стоимость			53.35	54.87	60.39	1.8	468	28.01	43.2	9.88	93.6	256.8	83.3	23.46	48	208.8	20.7	20.4	1.47	27.6	889.92	13.02	48	34.04	380.8

Двадцать пять наименований