

МБОУ "Эркешевская основная школа"

Категория: пришкольный лагерь

Дата: 6/5/2025

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		555	8.85	9.67	61.08	362.25	127.91	52.19
салат из свежих огурцов с яйцом		100						21.62
каша гречневая на молоке, вязкая	121	200	6.00	9,4	31.00	240.00	119,91	17.61
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
масло сливочное		5						4.57
Обед		696	42.69	44.49	77.40	826.05	143.21	170.00
Овощная нарезка (томат свежий)		100	0,6	0,12	2,2	15.00	13,8	21.40
щи из свежей капусты со сметаной	41	25	2,09	6,32	10,64	107,82	18,04	24.78
птица отварная	192	90	29,1	29,1	1,55	325,74	111,37	46.50
каша рисовая вязкая	138	1	8,76	8,56	52,18	321,54		8.42
сок в ассортименте		200						25.00
Хлеб пшеничный (40грамм)		40						3.12
Хлеб Уральский (40гр.)		40	2,14	0,39	10,83	55,95	0.00	2.84
фрукты (мандарины)		200						37.95
Итого			51.54	54.16	138.48	1188.30	271.12	222.20

Меню- требование	Номер карточки	Выход	Лук репчатый	Масло растительное	Соль	Яйца	огурцы свежие	гречка	Масло сливочное	Молоко	лимон	Сахар	чай	Хлеб пшеничный	томаты свежие	капуста	Картофель	Морковь	мясо кура	паста томатная	сметана	Рис	сок	Хлеб уральский	мандарины	
		Цена	75	171	25	325	125	57	914.5	67.1	298	90	760	78	214	78	75	85	317	155.04	276	115	125	70.91	253	
Завтрак																										
салат из свежих огурцов с яйцом		100	12	20	2	20	86																			
каша гречневая на молоке,вязкая	121	200						40	7	133		5														
чай с лимоном	146	200									8	15	1													
Хлеб пшеничный (50гр.)		50												60												
масло сливочное		5							10																	
Итого (кг) на 12 чел.			0.144	0.24	0.024	0.24	1.032	0.48	0.204	1.6	0.096	0.24	0.012	0.72												
Стоимость			10.8	41.04	0.6	78	129	27.36	186.56	107.36	28.61	21.6	9.12	56.16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																										
Овощная нарезка (томат свежий)		100												100												
щи из свежей капусты со сметаной	41	25	10	4	2										50	32	10		4	8						
птица отварная	192	90		5															144							
каша рисовая вязкая	138	1			1				7												63					
сок в ассортименте		200																				200				
Хлеб пшеничный (40грамм)		40												40												
Хлеб Уральский (40гр.)		40																						40		
фрукты (мандарины)		200																							70	
Итого (кг) на 12 чел.			0.12	0.108	0.036	0	0	0	0.084	0	0	0	0	0.48	1.2	0.6	0.384	0.12	1.728	0.048	0.1	0.756	2.4	0.48	0.84	
Стоимость			9	18.47	0.9	0	0	0	76.82	0	0	0	0	37.44	256.8	46.8	28.8	10.2	547.78	7.44	27.6	86.94	300	34.04	212.52	
Итого на 1 питающегося			22	29	6	20	86	40	17	133	8	20	1	100	100	50	32	10	186	4	8	33	200	40	150	
Итого к выдаче на весь день			0.264	0.348	0.06	0.24	1.032	0.48	0.288	1.6	0.096	0.24	0.012	1.2	1.2	0.6	0.384	0.12	1.728	0.048	0.1	0.756	2.4	0.48	0.84	
Стоимость на 1 человека			1.65	4.959	0.15	6.5	10.75	2.28	15.547	8.9243	2.384	1.8	0.76	7.8	21.4	3.9	2.4	0.85	58.962	0.6202	2.208	3.795	25	2.8364	37.95	199.81
Общая дневная стоимость			19.8	59.51	1.5	78	129	27.36	263.38	107.36	28.61	21.6	9.12	93.6	256.8	46.8	28.8	10.2	547.78	7.44	27.6	86.94	300	34.04	212.52	2397.76

Двадцать четыре наименования

Кладовщик

Алексеева Е.В.

Принял повар:

Чиркова О.А.

Двадцать четыре наименования