

КОМИТЕТ АДМИНИСТРАЦИИ ЦЕЛИННОГО РАЙОНА ПО ОБРАЗОВАНИЮ АЛТАЙСКОГО КРАЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Марушинская средняя общеобразовательная школа» Целинного района Алтайского края
659441, Алтайский край Целинный район, с.Марушка, ул. Советская 14 телефон: (38596) 33369
E-mail: maruschka_school@mail.ru



Утверждаю
[Signature]
В.М. Князев

Примерное 7-дневное меню (на сырье)

Профильного лагеря с дневным пребыванием

КОМИТЕТ АДМИНИСТРАЦИИ ЦЕЛИННОГО РАЙОНА ПО ОБРАЗОВАНИЮ АЛТАЙСКОГО КРАЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Марушинская средняя общеобразовательная школа» Целинного района Алтайского края
659441, Алтайский край Целинный район, с.Марушка, ул. Советская 14 телефон: (38596) 33369
E-mail: maruschka_school@mail.ru

Утверждаю

Директор _____
В.М. Князев

Примерное 7-дневное меню (на сырье)
Профильного лагеря с дневным пребыванием
для детей от 7 до 11 лет

**КОМИТЕТ АДМИНИСТРАЦИИ ЦЕЛИННОГО РАЙОНА ПО ОБРАЗОВАНИЮ АЛТАЙСКОГО КРАЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Марушинская средняя общеобразовательная школа» Целинного района Алтайского края
659441, Алтайский край Целинный район, с.Марушка, ул. Советская 14 телефон: (38596) 33369
E-mail: maruschka_school@mail.ru**

Утверждаю

Директор _____
В.М. Князев

**Примерное 7-дневное меню (на сырье)
Профильного лагеря с дневным пребыванием
для детей от 12 и старше**

	Прием пищи, наименование рецептуры	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	День № 1-завтрак					
№4	Каша молочная манная с маслом	180	2.39	1.68	18.45	241.07
№943	Чай	200	0.20	0	14	28
№8 №15	Хлеб пшеничный 1 сорта	50	3.8	0.45	23.35	115.50
	Яблоко	100	0.8	0.8	19.60	94
	ИТОГО	530	7.19	2.93	75.4	478.57
	Второй завтрак					
	Сок яблочный	200	0	0	24	96
	ИТОГО	200	3	1	66	96
	ИТОГО за день	730	10.19	3.93	141.4	574.57
	День № 2-завтрак					
№160	Кулеш вермишелевый с маслом	150	3.3	2.94	7.8	208.74
№648	Кисель	200	0	0	15.3	49.60
№365 №15	Хлеб пшеничный 1 сорта с сыром	50/20	2.34	5.6	16.92	131.6
	Йогурт	100	2.9	2.5	11	78
	ИТОГО	520	8.54	11.04	51.02	467.94
	Второй завтрак					
	Груша	200	0.8	0.6	21.80	84
	ИТОГО	200	0.8	0.6	21.80	84
	ИТОГО за день	720	9.34	11.64	72.82	551.94
	День №3-завтрак					
№4	Каша молочная овсяная с маслом	180	7.34	8.86	43.02	237.60
№943	Чай	200	0.20	0	14	28

	Хлеб пшеничный 1 сорта	50	3.8	0,45	23.35	115.50
	Яблоко	100	0.8	0.8	19.60	94
	ИТОГО	530	12.14	10.11	99.97	475.10
	Второй завтрак					
	Пряник	50	2.5	3.25	34	175
	Сок яблочный	200	0	0	24	96.0
	ИТОГО	250	2.5	3.25	58	271
	ИТОГО за день	720	14.64	13.36	157.97	746.10
	День №4-завтрак					
№185	Каша молочная кукурузная с маслом	150	5.99	7.98	34.25	233.94
№122	Компот из сухофруктов	200	0.04	0	26.96	107.44
	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	2.28	0.27	14.01	69.30
	Апельсин	200	1.8	0.4	16.2	72
	ИТОГО	580	10.11	8.65	91.24	482.68
	Второй завтрак					
	Йогурт	100	5.8	5	22	156
	ИТОГО	100	5.8	5	22	156
	ИТОГО за день	680	15.91	13.65	113.24	638.68
	День №5-завтрак					
№66	Каша молочная «Дружба» с маслом	180	7.58	12.22	31.61	200.84
№943	Чай	200	0.20	0	14	28
	Хлеб пшеничный 1 сорта	50	3.8	0,45	23.35	115.50
	Банан	100	1.5	0.5	21	110
	ИТОГО	530	13.08	13.17	89.96	454.34
	Второй завтрак					
	Сок абрикосовый	200	0	0	24	96.0

	ИТОГО	200	0	0	24	96.0
	ИТОГО за день	730	13.08	13.17	113.96	550.34
	День № 6-завтрак					
№4	Каша молочная рисовая с маслом	150	5.78	7.5	51.68	231.45
№648	Кисель	200	0	0	15.3	49.60
№8 №15	Хлеб пшеничный 1 сорта	50	3.8	0,45	23.35	115.50
	Яблоко	100	0.8	0.8	19.60	94
	ИТОГО	500	10.38	8.75	109.93	490.55
	Второй завтрак					
	Йогурт	200	5.8	5	22	156
	ИТОГО	200	5.8	5	22	156
	ИТОГО за день	700	16.18	13.75	131.93	646.55
	День №7-завтрак					
№4	Каша молочная пшённая с маслом	150	4.22	6.6	54.30	235.71
№122	Компот из сухофруктов	180	0.04	0	24.26	96.70
№8 №15	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	2.28	0.27	14.01	69.30
	Апельсин	200	1.8	0.4	16.2	72
	ИТОГО	560	8.34	6.91	108.77	473.71
	Второй завтрак					
	Сок яблочный	200	0	0	24	96.0
	ИТОГО	200	0	0	24	96.0
	ИТОГО за день	760	8.34	6.91	132.77	569.71
	ИТОГО ЗА СМЕНУ ВСЕГО	5040	87.68	76.41	864.09	3639.21
	Среднее значение за период	720	12.53	10.92	123.44	519.89