

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор ООО "Школьное питание"  
Колеватов Е.С.



**СОГЛАСОВАНО**

Директор МБОУ "Вавожская СОШ"  
Сулимова Е.Н.

**Основное двенадцатидневное меню для организации питания детей  
в летнем оздоровительном лагере дневного пребывания  
МБОУ "Вавожская СОШ"**

День	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)	
			7-11 лет	12-18 лет	Белки, гр.		Жиры, гр.		Углеводы, гр.		7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1 День	<b>ЗАВТРАК</b>											
	227/2021г	Каша ячневая молочная вязкая	150	200	5,43	7,24	4,98	6,64	24,84	33,12	165,90	221,20
	75/2021г	Сыр полутвердый (порциями)	10	15	2,32	3,48	2,95	4,43	0,00	0,00	35,83	53,75
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,88	70,32
	576/2021г	Батон нарезной	20	30	1,50	2,25	0,58	0,87	10,28	15,42	52,34	78,51
	457/2021г	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,20	0,10	0,10	9,30	9,30	38,90	38,90
		<b>ИТОГО ЗАВТРАК:</b>	<b>400</b>	<b>475</b>	<b>10,97</b>	<b>15,45</b>	<b>8,77</b>	<b>12,28</b>	<b>54,26</b>	<b>72,60</b>	<b>339,85</b>	<b>462,68</b>
	<b>ОБЕД</b>											
	15/2021г	Салат из свежих огурцов с луком	60	100	0,48	0,80	3,60	6,00	1,56	2,60	40,56	67,60
	46/2008г	Суп картофельный с мак. изделиями	200	250	2,32	2,90	2,00	2,50	16,80	21,00	94,48	118,10
	218/2021г	Каша рисовая (гарнир)	150	180	2,33	2,79	3,05	3,65	24,45	29,34	134,51	161,41
	413/2004г	Сосиски отварные	100	100	12,00	12,00	22,00	22,00	3,00	3,00	258,00	258,00
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,60	0,10	0,10	20,10	20,10	83,70	83,70
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76
ПП	Фрукты свежие	150	150	0,60	0,60	0,60	0,60	14,70	14,70	66,60	66,60	
	<b>ИТОГО ОБЕД:</b>	<b>920</b>	<b>1040</b>	<b>22,97</b>	<b>24,33</b>	<b>31,965</b>	<b>35,47</b>	<b>108,31</b>	<b>118,44</b>	<b>812,79</b>	<b>890,35</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>33,94</b>	<b>39,78</b>	<b>40,74</b>	<b>47,75</b>	<b>162,57</b>	<b>191,04</b>	<b>1152,64</b>	<b>1353,02</b>	
2 День	<b>ЗАВТРАК</b>											
	286/2021г	Сырники из творога запеченые	100	100	29,60	29,60	7,80	7,80	31,90	31,90	316,20	316,20
	ПП	Сгущенное молоко	20	25	1,00	1,25	1,70	2,13	11,20	14,00	64,10	80,13
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	20	30	1,52	2,28	0,16	0,24	9,84	14,76	46,88	70,32
	576/2021г	Батон нарезной	20	30	1,50	2,25	0,58	0,87	10,28	15,42	52,34	78,51
	484/2021г	Кисель из концентрата плодового и ягодного	200	200	0,00	0,00	0,0	0,00	15,00	15,00	60,00	60,00
		<b>ИТОГО ЗАВТРАК:</b>	<b>360</b>	<b>385</b>	<b>33,62</b>	<b>35,38</b>	<b>10,24</b>	<b>11,04</b>	<b>78,22</b>	<b>91,08</b>	<b>539,52</b>	<b>605,16</b>
	<b>ОБЕД</b>											
	17/2021г	Салат из свежих помидоров	60	100	0,60	1,00	3,12	5,20	2,16	3,60	39,12	65,20
	63/2013г	Пуштыешыд	200	250	4,60	5,75	3,20	4,00	9,80	12,25	86,40	108,00
	510/2004г	Каша гречневая вязкая	150	180	4,50	5,40	3,48	4,18	19,55	23,45	127,50	153,00
	408/2016г	Поджарка свиная	100	100	15,69	15,69	20,31	20,31	0,00	0,00	245,54	245,54
	496/2021г	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,67	0,67	0,27	0,27	18,30	18,30	78,31	78,31
	574/2021г	Хлеб ржаной	20	20	1,60	1,60	0,30	0,30	8,02	8,02	41,18	41,18
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76
ПП	Кисломолочный напиток (йогурт)	150	150	4,50	4,50	3,75	3,75	16,50	16,50	117,75	117,75	
	<b>ИТОГО ОБЕД:</b>	<b>920</b>	<b>1040</b>	<b>35,20</b>	<b>37,65</b>	<b>34,7477</b>	<b>38,32</b>	<b>94,01</b>	<b>101,80</b>	<b>829,56</b>	<b>902,74</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>68,82</b>	<b>73,03</b>	<b>44,99</b>	<b>49,36</b>	<b>172,23</b>	<b>192,88</b>	<b>1369,08</b>	<b>1507,89</b>	