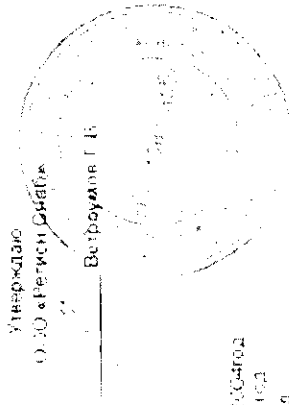


Директор ФНЦ ВБЖ
 И.И. Шендрова



Утверждено
 01.09.2010 г. Регион: Башкортостан
 Ветрова Г.В.

**Перспективное 10 дневное меню
 Для детских оздоровительных лагерей с дневным
 пребыванием детей 7-11 лет**

Меню составлено на основании:
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для детских оздоровительных лагерей с дневным пребыванием детей в возрасте 7-11 лет, Москва 2009 год
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для оздоровительных лагерей с дневным пребыванием детей в возрасте 7-11 лет, Москва 2009 год
 Сборник рецептов на подготовку для обучающихся во всех ОУ, Моздок М.П., 2011 год

* Сборник технологических нормативов, рецептов блюд, кулинарных изделий для школьников, учащихся под общей редакцией Манжарова Н.А., УФА, 2010г.

Сезон: Летний
 7-11 лет

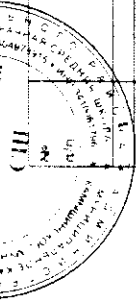
МЕНЮ 1-го дня

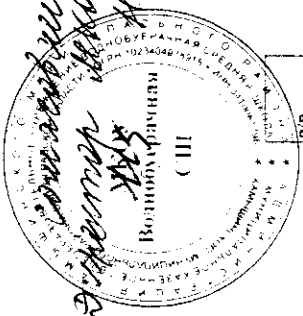
№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					Ккал
			Б	Ж	У	В	6	
1	2	3	4	5	6	7		
	ЗАВТРАК							
	Растворенная молочная каша из овсяной крупы с сахаром	200	9,04	1,44	40,10		318	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00		58,30	
	Булочка пшеничная	30	2,43	0,36	14,64		72,30	
	Фрукты, салат	100	1,50	0,20	21,80		136,30	
	Итого	515	13,17	13,94	91,60		544,60	
	ОБЕД							
	Суп из свежей капусты с картофелем	200/10	1,90	0,44	4,30		91,40	
	Котлета п/ф с соусом	90	9,44	2,15	9,12		270,20	
	Макарены отварные	150	6,10	0,45	14,06		246,50	
	Салат свежемороженый, сливочный	60	0,46	0,22	1,05		6,40	
	Чай из пакетиков	180	0,16	0,00	0,88		114,00	
	Уголь печенье	30	2,43	0,36	14,64		72,30	
	Хлеб пшеничный	36	1,29	0,34	13,36		61,36	
	Итого	750	31,36	36,00	105,30		867,40	
	Всего		44,53	49,94	197,10		1412,00	

Специальное
 Приложение № 1 к
 Приказу № 100/ОД
 от 10.08.2010 г.
 о введении в действие
 Положения о
 порядке проведения
 конкурсных
 торгов

М.П. № 2-20 ДМР

№ п/п	Наименование блюда	Масса тары	Наименование посуды				Крат.
			Б	Ж	У	Б	
		3	4	5	6		
	ЗАВТРАК						
182	Каша молочная с маслом и сахаром	250	9,38	14,05	46,31	196,25	
686	Чай с лимоном	200,7	0,30	0,00	15,20	60,00	
7	Сахар парижский	10	2,12	2,95	0,00	34,00	
2	Хлеб пшеничный	35	2,10	2,44	15,40	77,35	
	Итого	502	14,10	16,04	76,91	529,60	
	ОБЕД						
130	Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,94	133,60	
488	Пюре картофельное с овощами	200	17,40	4,90	14,90	299,00	
71	Овощи свежие/морковь, помидоры	60	0,66	0,12	2,28	14,40	
633	Компот из сухофруктов	180	1,44	0,00	29,34	123,30	
2	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,30	14,04	72,00	
2	Хлеб пшеничный	30	1,70	0,34	15,03	65,70	
	Итого	700	28,64	24,14	92,05	708,60	
	Всего		42,74	42,18	168,96	1238,20	

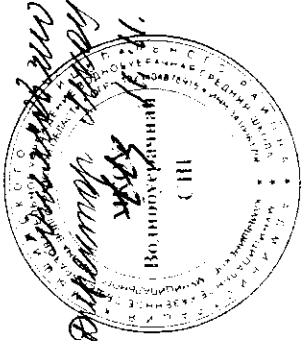




*Заведующий отделом питания Национального центра здоровья населения
 Ж. И. Шенуренко*

МЕНЮ 3-20 дни

Вид	Наименование блюда	порции	вещества			Ккал
			б	ж	у	
1	7	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
180	Каша молочная рисовая с маслом	200	10	10,72	33,47	251,00
40	Пюре из картофеля с молоком	40	1	5,8	20,4	180
2	Молоко гомогенизированное	10	2,28	8,25	0,01	71,70
367	Чай с молоком	200	1,10	0,20	20,79	92,00
2	Хлеб пшеничный	50	4,5	0,50	24,43	121,00
	Итого	500	13,33	26,47	104,83	715,70
	ОБЕД					
138	Суп картофельный с мясом	200/10	2,70	2,60	19,30	113,00
463	Макароник с маслом	165	1,36	16,94	17,57	282,93
16	Овощи свежие тушен. помидоры	60	1,48	0,12	1,55	8,40
669	Паштет лимонный	180	1,10	0,00	24,23	93,00
	Хлеб пшеничный	50	4,5	0,50	24,43	121,00
	Хлеб пшеничный	50	7,52	0,57	21,74	109,65
	Итого	700	26,61	20,74	108,88	728,98
	Всего		39,94	47,21	213,71	1444,68

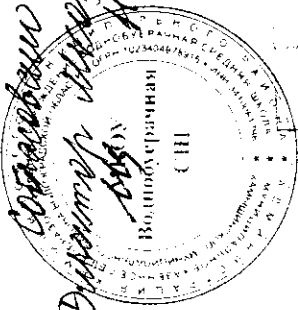


Виктор Игоревич Шершневский
 директор центра безопасности пищевой продукции
 ФГБУ ВНИИП

МЕНЮ 4.00.000

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					Ккал
			б	ж	у	с	д	
1	Завтрак							
	1. Чай с сахаром	150/20	147	577	4260		24979	
	2. Чай с сахаром	200	0.20	0.00	14.00		58.00	
	3. Фрукты	100	1.50	0.20	21.50		95.00	
	4. Хлеб пшеничный	30	2.43	0.30	14.64		72.60	
	Итого	500	11.60	6.27	94.04		476.35	
	Обед							
	1. Суп картофель с макарон. изд.	200/10	5.00	6.60	6.20		113.40	
	2. Закуска тушеная с овощами	100	14.20	6.79	3.29		244.50	
	3. Картофель отварной рассычный	150	3.00	7.50	2.75		203.75	
	4. Салат овощной с помидорами	60	0.48	0.12	1.56		8.40	
	5. Суп картофель с сухотростями	180	1.44	0.60	2.34		123.30	
	6. Хлеб пшеничный	30	2.43	0.30	14.64		72.60	
	7. Хлеб пшеничный	30	1.75	0.34	13.05		65.73	
	Итого	740	32.30	21.65	97.83		837.65	
	Всего		4390	2792	19187		1314.00	

*Сотрудник
Директор ИИИ Водобуровой ССР
В. П. Шкурко*



Меню № 0000

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Количество					Кал
			б	ж	с	у	з	
ЗАВТРАК								
	Хлеб из мажорной муки	200,5	0,00	0,52		29,30	214,0	
	Молоко с сахаром	200	5,30	0,31		15,40	98,0	
	Сливочное масло	30	2,42	0,21		12,24	72,6	
	Сливочное масло	100	1,40	0,20		21,90	95,84	
	Итого	530	10,13	0,94		80,74	440,60	
ОБЕД								
	Хлеб из мажорной муки	200	4,95	4,40		17,34	133,50	
	Желе по домашнему	200	17,80	1,40		16,30	299,00	
	Желе по домашнему	60	1,48	0,12		7,56	4,40	
	Хлеб из мажорной муки	180	4,44	0,09		24,34	123,30	
	Хлеб из мажорной муки	30	2,40	0,13		14,64	72,00	
	Хлеб из мажорной муки	30	1,75	0,34		13,95	65,20	
	Итого	700	23,86	22,64		94,73	702,60	
Всего								
			38,99	31,31		175,47	1143,20	

