

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОУ "СОШ 77"



А. В. Скиданова

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Индивидуальный предприниматель
Вайнштейн Валентина Петровна

В. П. Вайнштейн
2024 г.



Меню для летней площадки при пятидневном режиме работы (10 дней) для питания учащихся школ в 2024 году

ИП Вайнштейн В.П.
(Для учащихся от 7 и 11 лет)

Наименование блюда	Вес блюда	Углеводы				ЭЦ, ккал	рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 1							
Каша "Дружба"	200	5,34	6,86	27,28	203,50	260	
Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009	
Мяло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	105	
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46	493	
Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	96,00	112	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	11,46	18,63	69,92	555,87		
Снекольник вегетарианский	200	3,80	5,88	15,54	107,08	131	
Печень по-строгановски	100	14,00	9,20	12,60	187,40	54-31м	
Макаронные изделия отварные	150	5,80	3,91	43,55	201,40	291	
Снежное овощи (в ассортименте)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	10,62	40,44	508	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108	
ИТОГО ЗА ОБЕД	770	28,73	19,75	109,39	680,32		
Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	24,00	95,00	614	
Пирожки печеные с капустным фаршем	100	6,54	7,87	31,16	235,40	543.2	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	6,54	7,87	55,16	330,40		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1630	46,73	46,25	234,47	1566,59		
День 2							
Творожно-рисовая запеканка	200	15,07	7,07	17,73	205,30	233	
Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009	
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84	494	
Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	96,00	112	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	21,11	12,68	60,42	503,45		
Рассольник ленинградский с перловой крупой (вегетарианский)	200	1,82	4,00	8,22	96,42	2008	
Картофель отварной	150	2,60	7,70	19,90	158,50	54-10г	
Биточки рыбные с соусом	90	11,20	7,05	10,88	134,70	345.2	
Салат из редиса с растительным маслом	60	1,33	8,53	1,62	88,90	1047	
Компот из кураги	200	1,92	0,12	25,86	112,36	512.1	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108	
ИТОГО ЗА ОБЕД	760	23,22	28,06	91,26	722,08		
Кисломолочный продукт	200	5,40	5,00	21,60	158,00	516.1	
Слойка в ассортименте	100	7,02	12,66	45,43	312,35	5495	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	12,42	17,66	67,03	470,35		

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1610,00	56,75	58,40	218,71	1695,88
----------------	---------	-------	-------	--------	---------

№	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена за единицу	Сумма
1	Молоко	л	1000	1.610,00	1610,00
2	Сахар	кг	100	0,5675	56,75
3	Хлеб	кг	100	0,5840	58,40
4	Чай	кг	100	2,1871	218,71
5	Копчености	кг	100	16,9588	1695,88
Итого					1695,88

День 3									
ЗАВТРАК	Манная каша молочная с бананом	215	5,53	5,78	28,45	188,70	54-27к 1		
	Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009		
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	105		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46	493		
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	96,00	112		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		575	11,65	17,55	71,09	541,07			
ОБЕД									
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,24	4,22	17,40	147,30	142.3		
	Картофельная запеканка с курицей	200	12,69	17,39	51,16	381,70	343		
	Свежие овощи (в ассортименте)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33		
	Напиток из шиповника	200	0,32	0,14	11,46	48,32	519		
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108		
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	20,30	22,51	107,10	721,32			
ПОЛДНИК									
	Компот из замороженной ягоды	200	0,30	0,12	9,18	39,74	511.1		
	Ватрушки с повидлом	100	6,15	8,14	52,89	330,00	12007		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	6,45	8,26	62,07	369,74			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1595,00	38,40	48,32	240,26	1632,13			
День 4									
ЗАВТРАК									
	Омлет	200	14,18	14,90	25,64	318,60	302		
	Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009		
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84	494		
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	20,23	20,52	68,33	567,75			
ОБЕД									
	Суп с клецками на курином бульоне	200	6,68	10,34	17,28	191,16	2074		
	Биточки из курицы	90	17,28	3,84	12,12	151,68	54-23М		
	Каша из гороха с маслом	150	12,90	9,71	39,91	256,49	418.1		
	Салат из свежих огурцов	60	0,44	7,25	1,42	72,41	1030		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	10,62	40,44	508		
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108		
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	41,73	31,80	106,13	843,38			
ПОЛДНИК									
	Сок фруктовый, плодовой, ягодный, томатный	200	0,20	0,20	22,80	100,00	518.1		
	Косичка с сахаром	100	8,25	6,67	35,21	306,49	555.1		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	8,45	6,87	58,01	406,49			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610,00	70,41	59,19	232,47	1817,62			

День 5

ЗАВТРАК	Плов из отварной птицы	200	14,31	15,39	37,72	362,55	406
	Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46	493
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	20,30	21,01	80,19	609,32	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	1,84	3,40	17,10	150,42	144.2
	Картофельное пюре	150	3,08	2,33	19,13	195,82	8005
	Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	90	11,54	5,71	1,93	105,21	54-11p
	Свежие овощи (в ассортименте)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33
	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,00	75,00	РЦ 10.86.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	108
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	21,51	12,20	84,24	670,45	
ПОЛДНИК	Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	24,00	95,00	РЦ 10.86.
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	Пирожки печеные из слобного теста с картофелем	100	6,27	7,86	35,47	239,67	543.3
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		300	6,27	7,86	59,47	334,67	
		1610,00	48,08	41,07	223,90	1614,44	

Неделя 2 День 6

ЗАВТРАК	Творожно-рисовая запеканка	200	15,07	7,07	17,73	194,40	54-7т
	Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	105
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46	493
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	96,00	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	21,19	18,84	60,37	546,77	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200	3,54	5,94	10,82	144,32	128.1
	Печень по-строгановски	100	14,00	9,20	12,60	187,40	54-25м
	Макаронные изделия отварные	150	5,80	3,91	43,55	201,40	291
	Свежие овощи (в ассортименте)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	10,62	40,44	508
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	108
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,50	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	28,47	19,81	104,67	717,56	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблочным повидлом	100	5,91	3,96	35,77	201,65	454.1
	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	24,00	95,00	614
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	5,91	3,96	59,77	296,65	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1630,00	55,57	42,61	224,81	1560,98	

День 7

ЗАВТРАК	Омлет	200	14,18	14,90	25,64	318,60	302
	Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84	494
	Фрукт свежий , сезонный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	20,23	20,52	68,33	567,75	
ОБЕД	Суп-лапша на курином бульоне	200	3,94	6,48	15,88	153,18	156
	Плов из отварной птицы	200	14,31	15,39	37,72	362,55	406
	Салат из редиса с растительным маслом	60	1,33	8,53	1,62	88,90	1047
	Напиток из шиповника	200	0,32	0,14	11,46	48,32	519
	Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	24,25	31,20	91,46	784,15	
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	100	8,40	5,97	52,06	318,00	564
	Компот из замороженной ягоды	200	0,30	0,12	9,18	39,74	511.1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	8,70	6,09	61,24	357,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570,00	53,18	57,81	221,03	1709,64	

День 8

ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с сыром	200	10,53	9,07	38,13	276,93	54-3г
	Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,46	493
	Фрукт свежий , сезонный	100	0,40	0,40	9,80	96,00	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	16,52	14,69	80,60	572,70	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	200	4,50	4,54	17,28	128,22	144.1
	Биточки рыбные с соусом	90	11,20	7,05	10,88	134,70	345.2
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,64	7,91	38,85	225,67	237
	Свежие овощи (в ассортименте)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33
	Компот из кураги	200	1,92	0,12	25,86	112,36	512.1
	Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	31,31	20,38	119,95	744,95	
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	5,40	5,00	21,60	158,00	516.1
	Слойка в ассортименте	100	7,02	12,66	45,43	312,35	5495
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230,00	9,40	13,42	65,25	469,05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1540,00	57,23	48,49	265,80	1786,70	

День 9										
АВТРАК	200	4,78	3,30	41,21	214,29	268				
Каша жидкая молочная рисовая	200	4,78	3,30	41,21	214,29	268				
Булочка к завтраку	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009				
Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	105				
Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84	379				
Фрукт свежий, сезонный	100	0,40	0,40	9,80	96,00	112				
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	10,96	15,07	84,07	569,04	2003				
Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	2,24	4,22	17,40	137,26	54-23М				
Биточек из курицы	90	17,28	3,84	12,12	151,68	243				
Каша пшеничная рассыпчатая	150	7,61	8,42	47,02	248,52	1030				
Салат из свежих огурцов	60	0,44	7,25	1,42	72,41	508				
Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	10,62	40,44	108				
Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,76	70,50	109				
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	60,70					
ИТОГО ЗА ОБЕД	760	32,00	24,39	113,36	781,51	379				
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	24,00	95,00	542				
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	100	5,91	6,96	29,77	201,65					
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	5,91	6,96	53,77	296,65					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1620,00	48,87	46,42	251,20	1647,20					
День 10										
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	200	7,16	9,40	28,80	291,90	266				
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	50	5,39	5,22	25,65	171,31	13009				
Булочка к завтраку	10	0,13	6,15	0,17	56,60	105				
Масло сливочное	200	0,26	0,00	7,24	30,84	379				
Чай с лимоном	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112				
Фрукт свежий, сезонный	560	13,34	21,17	71,66	597,65	2046				
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	200	3,62	8,26	6,76	134,32	54-16М				
Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	90	13,80	16,20	9,57	239,04	291				
Тефтели с рисом	150	5,80	3,91	43,55	201,40	291				
Макаронные изделия отварные	60	0,70	0,10	2,30	12,80	54-33				
Свежие овощи (в ассортименте)	200	0,32	0,14	11,46	48,32	519				
Напиток из шиповника	30	2,37	0,30	14,76	70,50	108				
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	60,70	109				
Хлеб пшеничный	760	28,59	29,27	98,42	767,08	518.1				
ИТОГО ЗА ОБЕД	200	0,20	0,20	22,80	100,00	533				
Сок фруктовый, плодовой, ягодный, томатный	100	7,60	6,80	46,40	278,00					
Хачапури с сыром	300	7,80	7,00	69,20	378,00					
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	1620,00	49,73	57,44	239,28	1742,73					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	16035,00	524,91	505,96	2351,88	16773,89					
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1603,5	52,49	50,60	235,19	1677,39					
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:										

Сброшюровано, пронумеровано и скреплено печатью
на _____ листах

_____ В.П. Вайнштейн/

