

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя школа с. Нижняя Матренка
Добринского муниципального района Липецкой области

ПРИКАЗ

От 25 октября 2024 года

№ 182

с. Нижняя Матренка

Об утверждении меню в пришкольном лагере

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить меню в лагере дневного пребывания «Родничок» (приложение 1)
5. Контроль исполнения настоящего приказа возлагаю на начальника лагеря Солманову Л.Н..

Директор



А.В. Бирюкова

Приложение №1
к приказу МБОУ СШ
с.Нижняя Матренка

От 25.10.2024 № 182

Примерное меню для питания школьников в осеннем лагере 2024 г.

Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценн., ккал	Сумма, руб.
1	2	3	4	5	6	7
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	50/10	10,29	7,0	11,05	148,00	31-75
Чай с сахаром и лимоном	200/15/6	0,53	0,0	9,87	41,60	3-24
					463,50	34-99
ОБЕД						
Овощи натуральные	30	1,1	0,2	3,8	22,00	15-01
Щи из свежей капусты со сметаной	150/5	1,41	3,96	6,32	71,80	10-92
Макароны отварные с маслом сливочным	100/5	8,85	9,55	39,86	280,0	8-50
Котлета из филе кур с соусом	50/30	15,63	18,46	18,76	303,75	48-33
Банан	100	0,1	0,0	15,2	59,00	25-93
Компот из сухофруктов	200	3,95	0,5	24,05	110,50	7-50
Хлеб ржано- пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26

					1300,68	120-45
ИТОГО					1764,18	155-44
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Омлет натуральный	50	2,11	0,6	39,4	275,00	22-30
Какао на молоке	200	2,5	1,50	29,75	219,00	17-80
Хлеб пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	3-67
					893,63	43-77
ОБЕД						
Салат из овощей	50	4,1	1,675	25,15	140,00	15-10
Борщ со сметаной	150/5	2,364	6,384	11,196	112,80	12-30
Шницель рыбный с соусом	50/30	4,384	3,984	27,904	169,20	37-77
Картофельное пюре со слив. маслом	120/5	15,7	13,02	15,78	246,00	12-60
Компот из сухофруктов	200	3,95	0,5	24,05	110,50	7-50
Яблоко	150	6,8	3,0	27,2	164,00	22-14
Хлеб ржано- пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26
					1081,13	111-67
ИТОГО					1974,76	155-44
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	150/5	20,967	21,25	22,667	365,783	36,50
Чай с сахаром и лимоном	200	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
					677,913	39,74
ОБЕД						

Салат из свежих овощей	40	1,55	0,09	14,41	61,05	13,24
Рассольник Ленинградский со сметаной	150/5	5,48	4,47	19,74	146,00	12,54
Тефтели из филе куриного в соусе	50/30	12,048	8,176	13,584	177,60	39-55
Каша гречневая с маслом сливочным	100/5	2,5	3,1	27,8	143,00	12-86
Мандарин	120	4,1	1,2	38,2	166,00	25-75
Компот из сухофруктов	200	0,1	-	15,2	59,00	7,50
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26
					891-28	115,70
ИТОГО					1569,193	155-44
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Макароны с сыром и маслом сливочное	150/20/5	1,233	10,12	7,467	126,67	34-07
Чай с сахаром и лимоном	200	4,384	3,984	27,904	169,20	3-24
					631-55	37,31
ОБЕД						
Овощи натуральные	30	2,767	10,88	21,033	190,00	13-60
Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками	150/15	8,9	5,7	28,4	193,00	13-59
Плов из говядины	120/30	16,3	9,3	5,7	173,00	46,14
Сок натуральный	200	6,1	22,1	19,9	119,00	20,95
Кондитерское изделие	45	0,1	-	15,20	69,00	19,59
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26
					872,63	118,13
ИТОГО					1504,18	155-44

5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Чай с сахаром и лимоном	200	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
Сарделька говяжья отварная	50	4,32	6,493	29,347	185,83	13-40
Хлеб пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	3-67
					695,96	20,31
ОБЕД						
Овощи натуральные	30	1,4	8,417	8,45	115,00	14-08
Суп картофельный с рыбой	150/15	6,1	6,4	21,3	149,00	12-50
Филе кур тушенное в сметанном соусе	50/30	25,32	9,573	41,067	356,00	46-90
Макароньы отварные с маслом сливочным	100/5	2,5	3,1	27,8	143,00	8-86
Кисломолочный напиток	150	1,3	0	23,73	96,00	23,83
Мандарин	100	0,1	-	15,2	69,00	24-70
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26
					1066,63	135,13
ИТОГО					1762,59	155-44

6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Каша молочная с сахаром и сливочным маслом	150\5	20,967	21,25	22,667	365,783	36,50
Чай с сахаром и лимоном	200\5	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
					476,283	39,74
Обед						
Овощи	30	2,767	10,88	21,033	190,00	13-60

натуральные						
Борщ со сметаной	150\5	2,364	6,384	11,196	112,80	12-30
Рис отварной	100\5	8,595	6,09	38,64	243,75	11,93
Гуляш из говядины	40\30	15,1	9,8	2,7	162,8	55-31
Компот из сухофруктов	200	0,1	-	15,2	59,00	7,50
Кондитерские изделия	75	0,1	0,0	15,2	59,00	25-93
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26
					827,35	130,83
					1356,15	155,44
7 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Бутерброд с колбасой	30\40	6,32	6,63	24,58	220,9	21-54
Чай с сахаром и лимоном	200\5	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
					331,40	24-78
ОБЕД						
Салат из овощей	30	1,55	0,09	14,41	61,05	13,24
Суп картофельный с крупой (рис)	150	2,15	2,27	13,96	94,6	11,58
Картофельное пюре	120\5	15,7	13,02	15,78	246,00	12-60
Рыба припущенная	40	7,49	9,19	8,24	147	43-33
Сок	200	6,1	22,1	19,9	119,00	20-95
Шоколадный батончик	40	0,1	-	15,2	69,00	24-70
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	4-26
					875,28	130,66
					1206,68	155,44