

СОГЛАСОВАНО:

Директор

М.А. Давыдова 01.06.2023г



01.06.2023г.

Давыдова М.А.

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Русский кейтеринг»

О.В. Жарова



01.06.2023г.

МЕНЮ ДЛЯ ЛЕТНЕЙ ПЛОЩАДКИ
при пятидневном режиме работы (10 дней)
для питания учащихся школ от 7 до 11 лет

ООО «Русский кейтеринг»

День 2 Неделя 1							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	25,36	18,04	50,58	462,78	233
	Булочка ванильная	100	3,55	2,27	23,01	177	563
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,6	0,6	14,7	70,5	112
	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,9	493
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	29,51	20,91	98,27	750,18	
ОБЕД	Овощи натуральные (сезонные)	60	0,48	0,06	1,25	8,4	106
	Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	250	2,16	2,28	15,06	89	147
	Биточки куриные	100	17,28	3,684	12,12	151,788	412
	Рис отварной	150	4,5	7,53	53,55	305,25	414
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0	10,62	40,44	508
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,76	70,5	108
	Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109
	ИТОГО ЗА ОБЕД		870	31,82	14,754	132,41	795,878
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	5,40	5,00	21,60	158	516
	Косичка с сахаром	100	8,25	6,67	35,21	306,49	555.1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	16,26	10,4825	54,6075	381,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1730	77,59	46,1465	285,288	1927,798	

День 3 Неделя 1									
ЗАВТРАК		Омлет натуральный	150	12,7	18	3,3	225,5		
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,68	94	108	
		Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6	105	
		Пирожки печеные из слобного теста с картофелем	100	6,27	7,86	35,47	239,67	543,3	
		Кофейный напиток с молоком	200	3,84	3,36	21,42	130,2		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			500	26,1	35,77	80,4	745,9		
		Овоши натуральные сезонный)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	106	
		Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	250	4,5	4,54	17,28	128,22	144	
		Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	100	11,54	5,71	1,93	105,21	343	
		Макаронные изделия отварные	150	8,7	4,365	453,325	287,1	291	
		Напиток из шиповника	200	0,32	0,14	11,46	48,32	519	
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,5	108	
		Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109	
ИТОГО ЗА ОБЕД			855	33,04	16,075	126,085	784,25		
		Компот из замороженной ягоды	200	0,30	0,12	9,18	39,74	511,1	
		Вагрушка с повидлом	100	4,6275	2,1225	22,6275	278,55	540	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			300	4,9275	2,2425	31,8075	318,29		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1655	61,8975	51,2275	217,1625	1733,14		

День 4 Неделя 1							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,92	7,98	36,94	292,26	267
	Пирожки печеные с повидлом	100	5,91	3,96	35,77	201,65	542
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84	494
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	14,69	11,94	79,95	524,75	
ОБЕД	Свегла отварная	60	0,96	0,12	5,16	25,2	50
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,12	4,44	7,38	78,58	139
	Котлеты куриные, припущенные с соусом	100	10,88	1,77	9,82	98,32	412
	Картофель отварной с маслом	150	5,805	7,05	60,12	259,545	426
	Компот из свежих плодов/фруктов	200	0,26	0,2	19,62	80,04	507
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,5	108
Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109	
ИТОГО ЗА ОБЕД		855	27,345	14,78	141,91	742,685	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовой, ягодный, томатный	200	0,20	0,20	22,80	100	518.1
	Косичка с сахаром	100	8,25	5,67	56,21	306,49	555.1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	8,45	5,87	79,01	406,49	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1755	50,485	33,19	315,57	1744,425	

День 5 Неделя 1									
ЗАВТРАК	Тфтели с соусом	100/10	10,58	12,38	9,66	193,12	389		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,93	4,485	58,23	325,77	237		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,76	70,5	108		
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,6	0,6	14,7	70,5	112		
	Чай с сахаром	200	0,2	0	7,02	28,46	493		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	26,68	17,765	104,37	688,35	163,2	4		
ОБЕД	Закуска из белокочанной капусты с морковью	60	1,92	12,12	11,52	141,6			
	Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250	3,22	5,8	19	225,7	519		
	Жаркое по домашнему из курицы	200	24,15	6,2	17,6	48,32	108		
	Напиток из шиповника	200	0,32	0,14	11,46	70,5	109		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	130,5			
	Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	779,82			
	ИТОГО ЗА ОБЕД	820	36,93	25,46	99,39	26,54	503		
ПОЛДНИК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	6,98	239,67			
	Пирожки печеные из сдобного теста с картофелем	100	3,762	3,036	25,482				
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	3,762	3,036	32,462	266,21				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1710	67,372	46,261	236,222	1734,38				

День 6 Неделя 2									
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,64	7,16	33,42	220,62	268		
	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8	111		
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6	105		
	Чай с сахаром	200	0,2	0	7,02	28,45	493		
	Сыр твердый порциями	10	2,32	2,95	0,00	36,4	100.1		
	Печенье	40	3,00	4,72	29,96	166,84	590		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	14,29	22,14	91,13	613,71			
ОБЕД	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4			
	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250	1,92	6,18	12,27	112,6	128.1		
	Шницель из курицы	100	16,44	3,20	12,13	147,23	412		
	Макаронные изделия отварные	150	8,7	4,37	53,33	212,1	291		
	Компот из замороженной ягоды	200	0,3	0,12	9,18	39,74	511.1		
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,68	94	108		
	Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109		
	ИТОГО ЗА ОБЕД		880	36,61	20,51	136,26	807,57		
ПОЛДНИК	Булочка Московская	100	12,45	13,55	29,29	344,92			
	Компот из кураги	200	1,92	0,12	25,86	112,36	508		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	14,37	13,67	55,15	414,28			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1715	60,71	48,49	266,4	1692,02			

День 7 Неделя 2									
ЗАВТРАК	Омлет с томатами	160	12,7	18,48	3,3	255,5	301		
	Фрукт свежий, сезонный	100	0,6	0,6	14,7	70,5	112		
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,6	117,5	108		
	Чай с лимоном	200	0,26	0	7,24	30,84	494		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	17,51	19,58	49,8	474,34			
ОБЕД	Овоши нагуральные (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14	106		
	Суп-лапша на курином бульоне	250	3,94	4,48	7,88	143,18	156		
	Котлета мясная в соусе	100	14,1	26,99	9,85	176,2	381		
	Рис с овощами	150	18,625	4,6375	44,8875	178,9625	416		
	Напиток из шиповника	200	0,32	0,14	11,46	48,32	519		
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,68	94	108		
	Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109		
	ИТОГО ЗА ОБЕД		920	45,895	37,6475	121,3075	785,1625		
ПОЛДНИК	Пирожки печеные с капустным фаршем	100	7,13	5,18	35,62	234,39	543,3		
	Компот из замороженной ягоды	200	0,18	0,04	18,2	55,34	511,1		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	7,31	5,22	53,82	289,73	543		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1715	74,863	76,4475	224,5715	1674,0205			

День 8 Неделя 2							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/40	25,36	18,04	50,58	462,78	313
	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	7,02	28,46	493
	Булочка Московская	100	12,45	13,55	29,29	344,92	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	39,32	31,59	86,98	836,16	
ОБЕД	Овощи натуральные (помидоры)	60	1,32	0,24	4,56	28,8	106
	Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	250	4,5	4,54	17,28	128,22	144,1
	Котлеты рыбные с соусом	100	9,41	4,14	10,83	118,05	345
	Картофельное пюре	150	4,725	9,9	24,525	207	429
	Компот из свежих плодов/фруктов	200	0,26	0,2	19,62	80,04	507
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,5	108
	Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		870	27,535	20,22	116,625	763,11	
ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200	5,4	5,00	21,6	158	515
	Пирожки печеные с яблоком	60	3,372	2,034	31,644	156,96	543
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	8,772	7,034	53,244	314,96	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1615	65,627	46,294	261,849	1733,81	

День 9 Неделя 2									
ЗАВТРАК		Каша из пшеничная на молоке	200	6,2	6,40	29,70	205,9	266	
		Рогалик с слущенкой	100	7,4	6,2	56,2	310,36	564	
		Чай с сахаром	200	0,2	0,00	7,02	28,46	493	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			500	13,83	12,69	92,92	544,22		
ОБЕД		Икра свекольная или морковная	60	1,776	3,144	11,832	82,488	114	
		Щи из свежей капусты с	200	2,12	4,44	7,384	78,584	142	
		картофелем на курином бульоне							
		Пнищели куриные, припущенные с	100	10,88	10,77	9,82	98,32	412	
		соусом							
		Каша гречневая рассыпчатая	150	12,93	4,485	58,23	325,77	237	
		Компот из кураги	200	1,92	0,12	25,86	112,36	508	
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,5	108	
		Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109	
ИТОГО ЗА ОБЕД			825	36,946	24,159	152,936	898,522		
ПОЛДНИК		Кисель из концентрата плодового	200	0,00	0,00	6,98	26,54	503	
		или ягодного							
		Пирожки печеные из сдобного теста	100	6,35	3,27	43,49	250,5	543	
		с повидлом							
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			300	6,35	3,27	50,47	277,04		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1645	56,126	39,119	281,096	1717,182		

День 10 Неделя 2								
ЗАВТРАК	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	10,27	9,48	58,01	382,08	296	
	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	7,24	30,84	493	
	Фрукт свежий, сезонный	100	2,07	0,46	18,63	98,9		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	12,8	9,94	83,88	511,82		
ОБЕД	Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1,92	12,12	11,52	163,2		
	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250	2,15	5,38	17,12	126,18	134.1	
	Запеканка картофельная с курицей	200	21,9	12,1	25	297,7		
	Напиток из пивовника	200	0,32	0,14	11,46	48,32	519	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,76	70,5	108	
	Хлеб ржаной	80	4,95	0,9	25,05	130,5	109	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		820	33,61	30,94	104,91	836,4	
	ПОЛДНИК	Сок фруктовый, плодовой, ягодный, томатный	200	0,20	0,20	22,80	100	518.1
		Булочка сдобная	60	4,64	4,5	34,13	195,8	6/н
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	4,84	4,7	56,93	295,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1575	56,25	56,03	225,72	1655,02		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16535	615,3445	491,0725	2547,75	17165,7355		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1653,50	61,53	49,11	254,78	1716,57		

Прошито, пронумеровано и
скреплено печатью

11 листов

Подпись *И. С. Смирнов*

И. С.

