

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

«КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

403874 Волгоградская область город Камышин, улица Терешковой дом 23, телефон 2-31-91

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП «Комбинат
социального питания»

Ч.И.САДЫХОВ

2021г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник лагеря МБОУ СШ№1

Начальник лагеря МБОУ СШ№4

Начальник лагеря МБОУ СШ№5

Начальник лагеря МБОУ СШ№6

Начальник лагеря МБОУ СШ№7

Начальник лагеря МБОУ СШ№9

Начальник лагеря МБОУ СШ№10

СОГЛАСОВАНО:

Начальник лагеря МБОУ СШ№12

Начальник лагеря МБОУ СШ№14

Начальник лагеря МБОУ СШ№15

Начальник лагеря МБОУ СШ№16

Начальник лагеря МБОУ СШ№17

Начальник лагеря МБОУ СШ№18

Начальник лагеря МБОУ СШ№19

ПРИМЕРНОЕ ДНЕВНОЕ МЕНЮ на 5 дней

на оказание услуг по организации питания детей в каникулярный период в лагере дневного пребывания на базе МБОУ СШ

городского округа город Камышин в осенний период / 2021г./



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ
МЕНЮ



МЕНЮ по детским оздоровительным лагерям осень 2021г.

№ рецептуры	Наименование блюд	масса порции с 7-11 лет	цены	пищевые вещества			энергетическая ценность в ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
				белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
1		2	3	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15	16				
	1- день																	
	Завтрак																	
149/96	Каша молочная манная с маслом сливочным	180/7г.	17,53	6,128	9,536	24,688	206,4	0,99	0,05	0	97,3	103,8	22,1	0,32				
3-96г.	Бутерброд с сыром	35/50г.	23,15	8,723	18,555	20,07	285,9	0,2	0,397	0	307	0	0	1,31				
628/96	Чай с сахаром	200гр.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	9,2	0	7,8	1,6				
	Итого		42,41	15,251	28,191	66,358	575,68	0,22	1,567	0,045	0	413,6	103,8	29,9	3,23			
	Обед																	
120/96	Щи из свежей капусты с картофелем и тушенкой	25/230гр.	23,97	7,95	8,57	10,2	144,4	0,1	20	1250	0,3	56,3	1,46	28,8	1			
403/96	Плов с мясом птицы	40/190г.	42,27	13,806	12,29	45,612	359,8	0,1	2,06	0,03	0	21,7	235,9	46,6	2,27			
сб./96	Огурец соленый порционный	50гр.	3,1	0,4	0,05	0,8	6,667	0	2,5	0	11,5	12	7	0,3				
	Хлеб пшеничный	50г.	2,3	3,16	0,4	19,32	94,7	0,1	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8				
	Хлеб ржаной	50г.	2,3	2,64	0,48	13,36	69,3	0,1	0	2,66	0	14	63,2	18,8	1,56			
588/96	Компот из смеси сухофруктов	200г.	4,65	0,6	0	29	111,2	0,1	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6			
	Итого		78,59	28,556	21,79	118,29	786,1	0,4	24,96	1453	0,3	138	347,8	134	6,53			
	Всего		121	43,807	49,981	184,65	1362	0,6	26,53	1453	1,6	551	451,6	164	9,76			

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат социального питания" **Ч.И.САДЫХОВ**
Меню



Меню по детским оздоровительным лагерям осень 2021г.

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции с 7-11 лет	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
1		2		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16				
	2 - день																		
	Завтрак																		
297/96	Запеканка творожная с повидлом	100/20г.	34,91	14,7	18,3	86,5	456	0,07	0,45	0,07	0	155,4	220	27,09	0,77				
628/96	Чай с сахаром	200гр.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6				
	Итого		36,64	15,1	18,4	108,1	539,4	0,07	0,63	0,07	0	164,6	220	34,89	2,37				
	Обед																		
135/96	Суп с фрикадельками	15/230г.	21,7	8,828	7,713	13,04	150	0,14	22,35	0,03	0	23,77	113,4	34,67	1,42				
416/96	Котлеты из говядины	60гр.	31,16	5,65	5,2	12,49	170,5	0,04	0	0,01	0	8,06	47,2	15,06	0,77				
528/96	Соус №528	50гр.	2,9	3,2	1,31	5,4	52,5	0,002	0	0,001	0	1,06	27,5	3,6	0,35				
472/96	Картофельное пюре	150г.	19,35	3,42	7,56	27,54	203,4	0,096	10,6	24	1,8	46,68	1,26	20,4	0,72				
	Хлеб пшеничный	50г.	2,3	3,16	0,4	19,32	94,7	0,06	0	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8				
	Хлеб ржаной	50г.	2,3	2,64	0,48	13,36	69,3	0,072	0	2,66	0	14	63,2	18,8	1,56				
	Компот из смеси сухофруктов	200г.	4,65	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6				
588/96	Итого		84,36	27,498	22,66	120,15	851,6	0,47	33,3	226,7	1,8	128	288	125,13	6,22				
	Всего		121	42,598	41,06	228,25	1391	0,54	33,9	226,8	1,3	292,6	508	160,02	8,59				

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат социального питания"

ЧИСЛАДЫХОВ

Меню

ПО ДЕТСКИМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ЛАГЕРЯМ ОСЕНЬ 2021г.

№ рецептуры	Наименование блюд	масса порции с 7-11 лет	цена	сырые вещества			энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
1		2		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16				
	3 - день																		
	Завтрак																		
393/96	Сосиски отварные	100гр.	28,1	6,6	14,3	0,24	186,6	0,114	0	0	0,24	21	2,76	12	1,08				
464/96	Рис отварной вязкий	150г.	3,92	2,54	4,07	25,74	152	0,02	0	0,02	0	21,82	54,85	19,1	0,51				
182/200	Булочка Молочная	1/50гр.	3,07	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65				
628/96	Чай с сахаром	200/15г.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6				
	Итого		36,82	13,49	23,2	75,33	591	0,189	0,31	9,52	2,24	67,52	58,71	45,4	3,84				
	Обед																		
131/96	Суп сырный с тушенкой	15/230гр.	25,6	12,1	9,68	9,68	169,4	0,17	24	0,02	0	22,89	126,7	37,2	3,77				
444/96	Мясо птицы тушеное в соусе	80/20гр.	37,86	16,64	3,81	5,34	117,94	0,12	2,46	0,07	0	39,81	203,5	30,9	1,94				
464/96	Каша гречневая	150г.	11,47	4,725	0,53	27,8	137,62	0,133	0	13,3	0	11,87	92,4	32,5	1,093				
	Хлеб пшеничный	50г.	2,3	3,16	0,4	19,32	94,7	0,06	0	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8				
	Хлеб ржаной	50г.	2,3	2,64	0,48	13,36	69,3	0,072	0	2,66	0	14	63,2	18,8	1,56				
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	4,65	1,59	7,1	8,58	104,87	0,02	7,64	0	1,3	39,36	40,46	19,7	1,28				
	Итого		84,18	40,855	22	84,08	693,83	0,575	34,1	16,1	1,3	137,1	561,1	152	10,44				
	Всего		121	54,345	45,2	159,4	1284,8	0,764	34,41	25,6	3,54	204,6	619,8	198	14,28				

Меню разработано на основании Сборника рецептур, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат социального питания" **У.И. САДЫХОВ**



по детским оздоровительным лагерям осень 2021г.

№ рецептуры	Наименование блюд	масса порции с 7-11 лет	цена	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
				белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
1		2		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
	4 - день																
	Завтрак																
284/96	Омлет натуральный	150г.	42,91	21,16	21,04	33,6	238,4	0,06	0,38	0,26	0	83,4	182,5	14	2,04		
182/200	Булочка Молочная	50гр.	3,07	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65		
628/96	Чай с сахаром	200/15г.	1,73	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6		
	Итого		47,71	25,51	25,84	82,95	490,8	0,115	0,69	9,76	0	108,1	183,6	28	4,29		
	Обед																
139/96	Суп вермишелевый с картофелем с тушенкой	20/230г.	20,71	2,63	4,195	19,072	191,88	0,12	16,5	0,02	0	19,72	67,35	27	0,99		
423/96	Тефтели из говядины с соусом №528	90/50г	37,26	5,27	10,35	5,615	182,3	0,084	1,56	0	0,8	20,28	8,526	33	3,24		
469/96	Макароны отварные	150гр.	6,07	3,65	3,32	23,25	141	0,08	0	0,02	0	27,3	40,04	16	0,66		
	Хлеб пшеничный	50г.	2,3	3,16	0,4	19,32	94,7	0,06	0	0	0	9,2	34,8	13	0,8		
	Хлеб ржаной	50г.	2,3	2,64	0,48	13,36	69,3	0,072	0	2,66	0	14	63,2	19	1,56		
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	4,65	1,59	7,1	8,58	104,87	0,02	7,64	0	1,3	39,36	40,46	20	1,28		
	Итого		73,29	18,94	25,845	89,197	784,05	0,436	25,7	2,7	1,3	129,9	254,4	128	8,53		
	Всего		121	44,45	51,685	172,15	1274,85	0,551	26,39	12,46	1,3	238	438	156	12,8		

Меню разработано на основании Сборника рецептов, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редактор/Лапшина В.Т. И Сборника рецептов мучных кондитерских и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат социального питания" ЧИ.САДЫХОВ
 Меню



По детским оздоровительным лагерям осень 2021г.

№ рецептур	Наименование блюд	масса порции с 7-11 лет	цена	пищевые вещества				энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				белки	жиры	углевода	В1		С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
1		2	3	5	6	7	8					9	10	11	12	13	14	15	16	
	5 - день																			
	Завтрак																			
	Блинчики с маслом																			
679/96	сливочным и сахаром	100/10/10г	19,15	7,584	14,68	41,56	323	0,1	0	60	0	0	23,8	0,9	18,8	1,08				
628/96	Чай с сахаром	200/15г.	1,73	0,2	0,05	15,01	57	0	0,1	0	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86				
сб.96г.	Фрукты/яблоко/	140гр.	15	0,56	0,56	13,72	61,6	0,03	10	0	0,3	16	11	9	2,2					
	Итого		35,88	8,344	15,29	70,286	441,6	0,13	10,1	60	0,3	45,05	20,1	32,2	4,14					
	Обед																			
	Суп гороховый с картофелем и тушенкой	15/230гр.	14,9	6,75	6	27	183,25	0,2	8,75	1250	1	49,25	109	48,3	3,5					
450/96	Окорочка отварные	80гр.	34,22	21,4	12	4,6	238	0,05	0,15	0,05	0	15,63	138	15,5	1,18					
472/96	Картофельное пюре	150г.	19,35	2,85	6,3	22,95	169,5	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1	17	0,6					
62/97	Салат из свежей капусты	80г.	7,4	2,59	10,41	8,17	124,02	0,048	9,374	0	0	24,521	41	18,5	0,78					
	Хлеб пшеничный	50г.	2,3	3,16	0,4	19,32	94,7	0,06	0	0	0	9,2	35	13,2	0,8					
	Хлеб ржаной	50г.	2,3	2,64	0,48	13,36	69,3	0,072	0	2,66	0	14	63	18,8	1,56					
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	4,65	1,59	7,1	8,58	104,87	0,02	7,64	0	1,3	39,36	40	19,7	1,28					
	Итого		85,12	40,98	42,69	104	983,64	0,53	34,71	1272,7	3,8	190,86	427	151	9,7					
	Всего		121	49,32	57,98	174,3	1425,2	0,66	44,81	1332,7	1,3	235,91	447	183	13,8					

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

Общее количество за 5 дней с 7-11лет	
Среднее значение за день	
Значение по СанПину 2.4.4.2599-10	

белки	жиры	углевод	к/кал.
234,52	245,9	918,72	6737,68
46,9	47,8	185,8	1349,9
46,2	47,4	185,8	1350,6