"Утверждаю"
И.о.руководителя Управления образования Атырауской области:
_____ А.Б.Дюсекенова

Меню пришкольного летнего лагеря

1-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	Ингредиенты блюд	Кол-ва, объем кг	цена	сумма
Завтрак	Каша манная на молоке	200	Манная крупа	0,02	400	8,0
			Молоко	0,15	400	60,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Хлеб с маслом	100/10	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,01	2800	28,0
	Чай с сахаром	200	Чай	0,0002	3800	0,8
			Сахар	0,025	700	17,5
Второй завтрак	Фрукты свежие	200	Фрукты	0,2	800	160,0
Обед	Борщ на костном бульоне	200	Суповой набор	0,1	1800	180,0
			Капуста	0,12	350	42,0
			Картофель	0,13	350	45,5
			Свёкла	0,07	350	24,5
			Морковь	0,05	350	17,5
			Лук	0,03	350	10,5
			Растительное масло	0,005	900	4,5
			Зелень в ассортименте	0,02	2500	50,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Томатная паста	0,005	900	4,5
	Гречка с мясом	50/150	Говядина	0,08	2800	224,0
			Морковь	0,02	350	7,0
			Лук	0,02	350	7,0
			Растительное масло	0,005	900	4,5
			Сливочное масло	0,005	2800	14,0
			Гречка	0,07	750	52,5
			Соль йодированная	0,05	100	5,0
	Салат витаминный	60	Капуста	0,1	350	35,0
			Кукуруза консервы	0,02	1100	22,0
			Помидор	0,03	1000	30,0
			Зелень в ассортименте	0,015	2500	37,5
			Масло оливковое	0,005	5700	28,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,0
			Сахар	0,025	550	13,8
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,065	200	13,0
Полдник	Пирожки с картошкой	100	Мука фортифицированная	0,075	350	26,3
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Картофель	0,15	350	52,5
			Молоко	0,03	400	12,0
			Лук	0,03	350	10,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Дрожжи	0,0018	2400	4,3
			Яйцо	0,015	583	8,7
	Молоко	200	Молоко	0,2	400	80,0
ИТОГО						1500,0

2-день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	Ингредиенты блюд	Кол-во, объем кг	цена	сумма
Завтрак	Овсянка на молоке	200	Овсянка	0,06	400	24,00
			Молоко	0,01	400	4,00
			Масло сливочное	0,01	2800	28,00
			Сахар	0,03	700	21,00
			Соль йодированная	0,001	100	0,10
	Сыр	100/30	сыр	0,03	3100	93,00
	Хлеб		хлеб	0,1	200	20,00
	Молоко	200	молоко	0,2	400	80,00
Обед	Домашняя лапша на костном бульоне	200	Суповой набор	0,1	1800	180,00
			Масло растительное	0,005	900	4,50
			Картофель	0,07	350	24,50
			Морковь	0,05	350	17,50
			Соль йодированная	0,002	100	0,20
			Мука фортифицированная	0,08	350	28,00
			Яйцо	0,015	583	8,75
			Соль йодированная	0,001	100	0,10
			Лук	0,03	350	10,50
	Плов	150	Говядина	0,08	2800	224,00
			Рис	0,075	580	43,50
			Морковь	0,04	350	14,00
			Растительное масло	0,005	900	4,50
			Лук	0,01	350	3,50
			Соль йодированная	0,002	100	0,20
	Салат свежий	60	Помидоры свежие	0,03	1000	30,00
			Огурцы свежие	0,03	1000	30,00
			Соль йодированная	0,003	100	0,30
			Оливковое масло	0,01	5700	57,00
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,00
			Сахар	0,03	700	21,00
			Витамин С	0,0025	10000	25,00
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,00
Полдник	Кефир	200	Кефир	0,2	550	110,00
	Булочка	70	Мука фортифицированная	0,007	350	2,45
			Молоко	0,02	400	8,00
			Соль йодированная	0,001	100	0,10
			Ванилин	0,002	2400	4,80
			Разрыхлитель	0,05	1200	60,00
			Сахар	0,01	700	7,00
			Масло сливочное	0,015	2800	42,00
			Дрожжи	0,0018	2400	4,32
			Яйцо	0,0015	583	0,87
ИТОГО						**1500**

3-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	Ингредиенты блюд	Кол-во, объем кг	цена	сумма
Завтрак	Каша рисовый молочная	200	Рис	0,07	580	40,6
			Молоко	0,15	400	60,0
			Сахар	0,03	700	21,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Какао	200	Сахар	0,03	700	21,0
			Какао	0,03	3000	90,0
			Молоко	0,1	400	40,0
	Хлеб со сливочным маслом	100/10	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,01	2800	28,0
Обед	Гороховый суп	200	Суповой набор	0,1	1800	180,0
			Горох	0,04	390	15,6
			Лук	0,03	350	10,5
			Растительное масло	0,005	900	4,5
			Морковь	0,03	350	10,5
			Томатная паста	0,01	900	9,0
			Картофель	0,1	350	35,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Курица со спагетти	150/50	Курица	0,1	2100	210,0
			Спагетти	0,05	440	22,0
			Лук	0,04	350	14,0
			Морковь	0,05	350	17,5
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Томат	0,01	900	9,0
			Растительное масло	0,005	900	4,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Салат морковный	60	Морковь	0,15	300	45,0
			Масло оливковое	0,01	5700	57,0
			Сахар	0,005	700	3,5
	Кисель	200	Кисель	0,02	1200	24,0
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
Полдник	Сочник	70	Мука фортифицированная	0,05	350	17,5
			Масло сливочное	0,005	1000	5,0
			Творог	0,05	1100	55,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Сахар	0,02	700	14,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Молоко	0,05	400	20,0
			Расрыхлитель	0,005	1200	6,0
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,0
			сахар	0,03	700	21,0
ИТОГО						1500

4-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	Ингредиенты блюд	Кол-ва, объем кг	цена	сумма
Завтрак	Каша пшено	200	пшено	0,05	750	37,5
			Молоко	0,13	400	52,0
			Сахар	0,025	700	17,5
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Чай с молоком	200	Чай	0,002	3800	7,6
			Сахар	0,02	700	14,0
			Молоко	0,03	400	12,0
	Бутерброд	100	вареная колбаса	0,045	1900	85,5
			сыр	0,002	3100	6,2
Обед	Рассольник на костном бульоне	200	Суп набор	0,1	1800	180,0
			Перловка	0,04	350	14,0
			Картофель	0,05	350	17,5
			Морковь	0,03	350	10,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Масло растительное	0,015	900	13,5
			Томатная паста	0,02	900	18,0
			Лук	0,03	350	10,5
			Соленые огурцы	0,025	500	12,5
	Котлеты с картофельной пюре	150/60	Масло растительное	0,03	900	27,0
			Говядина	0,09	2800	252,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Мука фортифицированная	0,02	350	7,0
			Лук	0,03	350	10,5
			Молоко	0,03	400	12,0
			Морковь	0,03	350	10,5
			Картофель	0,25	350	87,5
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Салат из свежей капусты	60	Морковь	0,06	300	18,0
			Капуста	0,06	350	21,0
			Масло Оливковое	0,01	5700	57,0
			Зелень в ассортименте	0,015	2500	37,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,0
			сахар	0,03	550	16,5
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
Полдник	Рогалики сладкие	50	Мука фортифицированная	0,04	350	14,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Сахар	0,025	700	17,5
			Ванилин	0,002	2400	4,8
			Разрыхлитель	0,002	1200	2,4
			Молоко	0,02	400	8,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Дрожжи	0,001	2400	2,4
	Кисель	200	Кисель	0,007	1200	8,4
ИТОГО						**1500,0**

5-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	Ингредиенты блюд	Кол-ва, объем кг	цена	сумма
завтрак	Каша манная в молоке	200	Манная крупа	0,02	400	8,0
			Молоко	0,15	400	60,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Какао	200	Сахар	0,03	700	21,0
			Какао	0,03	3000	99,0
			Молоко	0,1	480	48,0
	Хлеб со сливочным маслом	100/15	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,015	2800	42,0
Второй завтрак	Фрукты свежие	200	фрукты свежие	200	800	180,0
Обед	Куриный суп с рисом	200	Курица	0,1	2100	210,0
			Картофель	0,1	350	35,0
			Лук	0,02	350	7,0
			Морковь	0,03	350	10,5
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Растительное масло	0,005	900	4,5
			Рис	0,02	580	11,6
	Манты с мясом	200	Мука фортифициро-ванная	0,085	250	21,3
			Фарш мясной	0,1	3000	300,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Морковь	0,005	350	1,8
			Масло растительное	0,05	900	45,0
			Лук	0,06	350	21,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,0015	100	0,2
	Салат свекольный	60	Масло оливковое	0,005	5700	28,5
			Свёкла	0,075	350	26,3
			Сахар	0,01	700	7,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Кисель	200	Кисель	0,007	1200	8,4
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
Полдник	пирожки с капустой запеченные	100	Мука фортифицированная	0,05	350	17,5
			Дрожжи	0,002	2400	4,8
			Молоко	0,05	400	20,0
			Маргарин	0,01	900	9,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Капуста	0,1	350	35,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Морковь	0,03	350	10,5
			Лук	0,02	350	7,0
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,0
			Сахар	0,02	700	14,0
Итого						1500,0

6-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	ингредиенты блюд	Кол-во, объем, кг	цена	сумма
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	Крупа кукурузная	0,04	800	32,0
			Молоко	0,15	400	60,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Сыр	20	сыр	0,03	3100	93,0
	Чай сладкий	200	Чай	0,002	2800	5,6
			Сахар	0,02	700	14,0
	Хлеб со сливочным маслом	100/15	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,015	2800	42,0
Второй завтрак	фрукты свежие	200	фрукты свежие	200	800	180,0
Обед	Домашняя лапша на к/б	200	Суповой набор	0,1	1800	180,0
			Масло растительное	0,002	900	1,8
			Картофель	0,05	350	17,5
			Морковь	0,06	350	21,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Мука фортифицированная	0,08	350	28,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Лук	0,03	350	10,5
	Плов с мясом	150/50	Говядина	0,08	2800	224,0
			Морковь	0,05	350	17,5
			Лук	0,03	350	10,5
			Рис	0,08	580	46,4
			Растительное масло	0,003	900	2,7
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Салат летний	60	Помидоры свежие	0,04	1000	40,0
			Огурцы свежие	0,04	1000	40,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Масло оливковое	0,006	5700	34,2
			Сухофрукты	0,04	1000	40,0
	Компот из сухофруктов	200	сахар	0,02	700	14,0
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
Полдник	Булочка сладкая	70	Мука фортифицированная	0,06	350	21,0
			Молоко	0,05	400	20,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Ванилин	0,002	2400	4,8
			Разрыхлитель	0,05	1200	60,0
			Сахар	0,01	700	7,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Дрожжи	0,0018	2400	4,3
			Яйцо	0,015	583	8,7
	Молоко	200	Молоко	0,2	400	80,0
ИТОГО						**1500,0**

-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	ингредиенты блюд	Кол-во, объем кг	цена	сумма
завтрак	Каша манная в молоке	200	Манная крупа	0,02	400	8,0
			Молоко	0,1	400	40,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Какао с молоком	200	Сахар	0,02	700	14,0
			Какао	0,003	3000	9,0
			Молоко	0,05	400	20,0
	Хлеб с маслом	100/10	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,01	1000	10,0
Обед	Борщ на костном бульоне	200	Суповой набор	0,1	1800	180,0
			Капуста	0,1	350	35,0
			Картофель	0,04	350	14,0
			Свёкла	0,04	350	14,0
			Морковь	0,05	350	17,5
			Лук	0,03	350	10,5
			Растительное масло	0,015	900	13,5
			Зелень в ассортименте	0,015	2500	37,5
			Томатная паста	0,005	900	4,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Биточки с макаронами	150/50	Говядина	0,08	2800	224,0
			Хлеб	0,013	200	2,6
			Сухари	0,07	480	33,6
			Молоко	0,016	400	6,4
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Макароны	0,08	370	29,6
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Морковь	0,03	300	9,0
			Лук	0,03	250	7,5
			Масло растительное	0,01	900	9,0
	Салат витаминный	60	Капуста	0,03	350	10,5
			Кукуруза консервы	0,02	1100	22,0
			Помидор	0,03	1000	30,0
			Зелень в ассортименте	0,012	2500	30,0
			Масло оливковое	0,015	2800	42,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
Полдник	Творожная запеканка	50	Творог	0,05	1500	75,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Манная крупа	0,01	400	4,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Сахар	0,1	700	70,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
	Сок	200	Сок	0,2	500	100,0
ИТОГО						**1500,0**

8-й день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	ингредиенты блюд	Кол-во, объем кг	цена	сумма
завтрак	Каша гречневая	200	Гречка	0,05	750	37,5
			Молоко	0,15	400	60,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Чай с молоком	200	Чай	0,002	3800	7,6
			Сахар	0,03	700	21,0
			Молоко	0,03	400	12,0
	Хлеб с маслом	100/15	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,015	2800	42,0
Обед	Куриный суп с вермишелью	200	Курица	0,09	2100	189,0
			Картофель	0,1	350	35,0
			Лук	0,02	350	7,0
			Морковь	0,03	350	10,5
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Растительное масло	0,005	900	4,5
			Вермишель	0,02	370	7,4
	Рагу с говядиной	200	Говядина	0,08	2800	224,0
			Картофель	0,1	350	35,0
			Морковь	0,1	350	35,0
			Лук	0,1	350	35,0
			Капуста	0,15	350	52,5
			Масло растительное	0,005	900	4,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Салат морковный	60	Морковь	0,15	350	52,5
			Масло оливковое	0,01	5700	57,0
			Сахар	0,005	700	3,5
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,04	1000	40,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
Полдник	Пирожки с картошкой	100	Мука фортифицированная	0,06	350	21,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Картофель	0,11	350	38,5
			Молоко	0,05	400	20,0
			Лук	0,03	350	10,5
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Дрожжи	0,0018	2400	4,3
			Яйцо	0,015	583	8,7
	Сок	200	Сок	0,2	500	100,0
ИТОГО						**1500,0**

9-день	Наименование блюд	Выход блюд, гр	ингредиенты блюд	Кол-во, объем кг	цена	сумма
Завтрак	Пшенная каша с молоком	200	Крупа пшеничное	0,06	380	22,8
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Молоко	0,15	400	60,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Сахар	0,02	700	14,0
	Чай с молоком	200	Чай	0,002	3800	7,6
			Молоко	0,03	400	12,0
			Сахар	0,03	700	21,0
	Хлеб с маслом	100/10	Хлеб	0,1	200	20,0
			Масло сливочное	0,01	2800	28,0
Обед	Рассольник на костном бульоне	200	Суп набор	0,1	1800	180,0
			Перловка	0,04	350	14,0
			Картофель	0,05	350	17,5
			Морковь	0,03	350	10,5
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Масло растительное	0,015	900	13,5
			Томатная паста	0,02	900	18,0
			Лук	0,03	350	10,5
			Соленые огурцы	0,025	500	12,5
	Мясной пирог	150	Мясной фарш	0,11	3000	330,0
			Мука фортифицированная	0,08	350	28,0
			Дрожжи	0,005	2400	12,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Сахар	0,02	700	14,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Капуста	0,08	350	28,0
			Соль йодированная	0,003	100	0,3
	Салат из свежей капусты	60	Морковь	0,04	350	14,0
			Капуста	0,06	350	21,0
			Масло Оливковое	0,01	5700	57,0
			Зелень в ассортименте	0,012	2500	30,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,03	1000	30,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
Полдник	Булочки	70	Мука фортифицированная	0,07	350	24,5
			Молоко	0,02	400	8,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Ванилин	0,002	2400	4,8
			Разрыхлитель	0,002	1200	2,4
			Сахар	0,01	700	7,0
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Дрожжи	0,0018	2400	4,3
			Яйцо	0,015	583	8,7
	Сок	200	Сок	0,2	500	100,0
ИТОГО						**1500,0**

10-й день	Паименование блюд	Выход блюд, гр	ингредиенты блюд	Кол-во, объем кг	цена	сумма
завтрак	Каша гречневая	200	Гречка	0,05	750	37,5
			Молоко	0,1	400	40,0
			Сахар	0,02	700	14,0
			Масло сливочное	0,01	2800	28,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Чай сладкий	200	Чай	0,002	3800	7,6
			Сахар	0,03	700	21,0
	Хлеб с сыром	100/20	Хлеб	0,1	200	20,0
			Сыр	0,02	3100	62,0
Второй завтрак	фрукты свежие	200	фрукты свежие	0,2	800	160,0
Обед	Гороховый суп	200	Суповой набор	0,1	1800	180,0
			Горох	0,03	390	11,7
			Лук	0,03	350	10,5
			Растительное масло	0,01	900	9,0
			Морковь	0,03	350	10,5
			Томатная паста	0,01	900	9,0
			Картофель	0,09	350	31,5
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
	Курица с рисом	150/50	Курица	0,07	2100	147,0
			Рис	0,5	580	290,0
			Лук	0,03	350	10,5
			Морковь	0,03	350	10,5
			Масло сливочное	0,01	2800	28,0
			Томат	0,01	900	9,0
			Растительное масло	0,02	900	18,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
	Свежий салат	60	Помидор	0,03	1000	30,0
			Огурцы	0,03	1000	30,0
			Соль йодированная	0,002	100	0,2
			Масло оливковое	0,005	5700	28,5
	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	0,03	1000	30,0
			Сахар	0,01	700	7,0
			Витамин С	0,0025	10000	25,0
	Хлеб	40	Хлеб	0,04	200	8,0
Полдник	Коржик	100	Мука фортифицированная	0,05	350	17,5
			Масло сливочное	0,005	2800	14,0
			Соль йодированная	0,001	100	0,1
			Сахар	0,01	700	7,0
			Яйцо	0,015	583	8,7
			Кефир	0,02	600	12,0
			Пищевая Сода	0,001	500	0,5
	Молоко	200	Молоко	0,2	400	80,0
ИТОГО						**1500,0**

Исп.:диетическая сестра Капатбаева Б.