

Утверждено
Директор школы:
_____ /Пантелеева И.С./

Согласовано
Начальник лагеря
_____ /Першина Е.С.

Меню на 10.06.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 7

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
127/2008г	Каша пшённая молочная жидкая	150	5,30	8,28	25,06	219,96
ттк	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08
пп	Фрукт свежий (груша)	110	3,01	0,70	19,03	79,38
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		550	21,13	21,9	91,51	651,70
ОБЕД						
ттк	Суп картофельный с клёцками	250	3,20	5,55	35,13	204,33
97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	217,35
ттк	Шницель из говядины	90	16,65	15,21	8,10	232,29
141/2008г	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
342/2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,6
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	29,89	30,35	129,93	909,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			51,02	52,30	221,44	1561,59

Возрастная категория: 12-18лет

День: 7

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
127/2008г	Каша пшённая молочная жидкая	200	7,07	11,04	33,41	293,28
ттк	Бутерброд с сыром	55	6,46	9,735	15,98	171,688
пп	Фрукт свежий (груша)	110	3,01	0,70	19,03	79,38
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		625	25,03	25,752	111,22	787,83
ОБЕД						
ттк	Суп картофельный с клёцками	250	3,20	5,55	35,13	204,33
97/2008г	Макаронные изделия отварные	200	7,00	8,20	47,00	289,80
ттк	Шницель из говядины	90	16,65	15,21	8,10	232,29
141/2008г	Соус томатный	60	1,56	5,76	5,64	80,64
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
342/2017	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,6
ИТОГО ЗА ОБЕД:		860	33,19	35,36	149,45	1046,26
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			58,22	61,11	260,67	1834,09