

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



Согласовано
 Начальник лагеря
Е.С. Першина /Першина Е.С.

Меню на 15.06.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 11

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша вязкая ячневая с маслом	200	11,73	10,00	30,00	270,00
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	50	3,06	10,69	18,28	194,04
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	3,60	0,60	14,70	66,60
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		630	20,91	21,53	91,83	658,24
ОБЕД						
30/2008г	Винегрет	60	7,08	3,00	16,74	42,78
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	5,13	24,85	157,23
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,56
ттк	Рыба припущенная с овощами (горбуша)	90	12,60	12,71	27,70	335,34
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
267/2013г	Напиток из подов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,83
ИТОГО ЗА ОБЕД:		830	29,52	30,35	130,54	893,54
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			50,42	51,88	222,36	1551,77

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 11

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша вязкая ячневая с маслом	200	11,73	10,00	30,00	270,00
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	55	3,37	11,76	20,10	199,375
	Хлеб пшеничный	45	3,465	0,36	22,275	106,20
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	3,60	0,60	14,70	66,60
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,8	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		650	26,04	26,52	100,17	744,06
ОБЕД						
30/2008г	Винегрет	100	11,80	5,00	27,90	42,78
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	6,38	24,85	239,98
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,56
ттк	Гуляш	100	12,91	14,16	29,94	380,54
	Хлеб пшеничный	35	2,695	0,28	17,325	82,60
267/2013г	Напиток из подов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,83
ИТОГО ЗА ОБЕД:		885	34,93	35,08	146,41	1033,29
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			60,97	61,60	246,58	1777,35