

Утверждено
Директор школы:
Пантелеева И.С.

Согласовано
Начальник лагеря
Першина Е.С.

Меню на 17.06.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 12

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша гречневая вязкая	200	7,73	12,25	26,65	297,24
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
пп	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
пп	Фрукт свежий (апельсин)	180	5,04	4,86	20,70	96,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		640	20,85	21,37	90,34	635,92
ОБЕД						
ттк	Салат "Зимний"	80	2,8	3,95	1,92	52,03
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	9,375	4,375	162
ттк	Жаркое по домашнему из говядины	200	13,83	16,35	56,75	399,54
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,31	0,385	15,365	74,165
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		805	29,77	30,37	129,61	910,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			50,62	51,74	219,95	1546,05

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 12

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Манник с творогом	200	15,42	16,1	44,10	486,00
пп	Молоко сгущенное с сахаром	55	1,95	1,375	25,03	80,905
пп	Фрукт свежий (апельсин)	150	4,20	4,05	17,25	80,70
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		605	25,03	25,30	99,66	747,85
ОБЕД						
	Салат "Зимний"	100	3,5	4,93	2,40	81,70
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	9,375	12,5	164,5
ттк	Жаркое по домашнему из говядины	250	15,87	19,67	62,24	439,64
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		900	34,27	34,93	155,24	1037,79
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			59,30	60,23	254,90	1785,64