

Утверждено
 Директор школы:
 [Подпись] /Паттелева И.С./

Согласовано
 Начальник лагеря
 [Подпись] /Першина Е.С.

МБОУ «Степаненская»
 Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 19.06.2024г.

День: 14

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
тгк	Манник с творогом	200	14,42	14,1	44,10	425,00
пп	Молоко сгущенное с сахаром	50	1,78	1,25	22,75	73,55
пп	Фрукт свежий (банан)	100	1,50	2,50	11,00	54,50
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		550	21,15	21,626	91,13	653,29
ОБЕД						
	Огурцы свежие порционно	70	2,59	0,07	1,33	16,31
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	200	5,72	7,5	10	131,6
97/2008г	Макаронные изделия отварные	180	4,50	3,78	42,30	221,22
тгк	Гуляш	90	12,52	18,72	30,78	342,00
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	13,17	63,57
146/2008г	Чай с лимоном	200	0,30	0,0	15,20	62,00
ИТОГО ЗА ОБЕД:		800	29,919	30,64	127,63	907,50
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			51,07	52,27	218,76	1560,79

Возрастная категория: 12-18лет

День: 14

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
тгк	Манник с творогом	220	16,962	15,51	48,51	467,50
пп	Молоко сгущенное с сахаром	50	1,78	1,25	22,75	73,55
пп	Фрукт свежий (банан)	200	3,00	5,00	22,00	109,00
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		670	25,19	25,536	106,54	750,29
ОБЕД						
	Огурцы свежие порционно	100	3,70	0,10	1,90	23,30
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	7,5	12,5	164,5
97/2008г	Макаронные изделия отварные	200	5,00	9,53	47,00	245,80
тгк	Гуляш	90	12,52	17,82	30,78	342,00
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
146/2008г	Чай с лимоном	200	0,30	0,0	15,20	62,00
ИТОГО ЗА ОБЕД:		930	35,05	35,82	149,13	1037,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			60,24	61,36	255,67	1788,24