

Утверждено
Директор школы:
Ивантеева И.С.



Согласовано
Начальник лагеря
Першина Е.С.

Меню на 20.06.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 15

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Суп молочный с макаронными изделиями	250	10,50	8,52	21,55	211,50
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	8,55	14,62	145,00
пп	Фрукт свежий (апельсин)	150	4,20	4,05	17,25	112,20
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		690	21,20	21,52	92,17	643,50
ОБЕД						
ттк	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,35	6,53	2,10	73,50
47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	3,60	22,30	186,40
ттк	Жаркое по домашнему из говядины	200	13,83	16,35	61,97	399,54
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	13,17	63,57
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		770	29,54	30,84	127,48	895,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			50,74	52,36	219,65	1539,19

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 15

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Суп молочный с макаронными изделиями	250	10,50	8,52	21,55	211,50
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,68	12,83	21,93	217,50
пп	Фрукт свежий (апельсин)	150	4,20	4,05	17,25	112,20
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		710	22,43	25,795	99,48	716,00
ОБЕД						
54-63-2020	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,25	10,88	3,50	122,50
47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	3,60	22,30	186,40
ттк	Жаркое по домашнему из говядины	200	13,83	16,35	61,97	399,54
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		840	32,53	35,49	142,61	1010,67
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			54,95	61,29	242,09	1726,67