

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



Согласовано
 Начальник лагеря
Лиса / Першина Е.С.

Меню на 06.06.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
128/2008г	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,8	9,00	33,20	241,00
ттк	Бутерброд с сыром	40	4,40	7,99	11,62	135,92
пп	Фрукт свежий (яблоко)	100	2,40	0,40	9,80	44,40
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		590	21,32	21,592	92,47	641,20
ОБЕД						
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	5,13	24,85	157,23
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,60
ттк	Зразы из говядины с яйцом	90	18,75	15,39	33,03	345,62
ПП	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,78	42,38
267/2013г	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,83
ИТОГО ЗА ОБЕД:		790	29,902	30,245	127,91	903,453
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			51,22	51,84	220,38	1544,65

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
128/2008г	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,8	9,00	33,20	241,00
ттк	Бутерброд с сыром	60	6,60	11,99	17,44	203,88
пп	Фрукт свежий (яблоко)	100	2,40	0,40	9,80	44,40
ПР	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:		620	24,29	25,668	103,23	732,76
ОБЕД						
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	5,13	24,85	157,23
92/2008г	Картофельное пюре	250	5,25	11,25	36,50	268,25
ттк	Зразы из говядины с яйцом	100	20,83	17,10	36,70	384,02
ПП	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
267/2013г	Напиток из подов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,83
ИТОГО ЗА ОБЕД:		880	35,125	34,505	152,61	1061,49
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			59,42	60,17	255,84	1794,25