

Утверждено
 Директор школы
 /Пантелеева И.С./

Согласовано
 Начальник лагеря
 /Першина Е.С.



Меню на 08.06.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша вязкая ячневая с маслом	200	14,40	10,67	44,67	319,33
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:		600	21,26	21,95	91,64	636,77
ОБЕД						
39/2017	Салат картофельный с кукурузой , морковью и огурцами	100	3,36	7,07	15,24	182,44
ттк	Суп "Снежок" с мясом птицы	200	7,30	7,20	12,20	157,30
92/2008г	Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,90	160,95
ттк	Гуляш из мяса кур	100	12,01	9,00	13,39	235,02
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
пп	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	47,20	86,60
ИТОГО ЗА ОБЕД:		790	29,90	30,54	129,73	916,71
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			51,16	52,49	221,38	1553,49

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Каша вязкая ячневая с маслом	220	15,84	11,73	49,13	351,27
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,68	12,83	21,93	232,85
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	23,32	25,16	99,76	707,51
ОБЕД						
39/2017	Салат картофельный с кукурузой , морковью и огурцами	90	3,02	6,36	13,72	164,20
ттк	Суп "Снежок" с мясом птицы	250	9,13	9,00	15,25	196,63
92/2008г	Картофельное пюре	250	5,25	11,25	36,50	268,25
ттк	Гуляш из мяса кур	100	12,01	9,00	13,39	235,02
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	47,20	86,60
ИТОГО ЗА ОБЕД:		950	35,03	36,29	155,76	1092,30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			58,34	61,45	255,52	1799,81