

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 30



Костина О.А.

Меню на 12.07.2024г

пришкольный лагерь

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энергет. ценность
			порций		белки	жиры	углеводы	
Завтрак								
гор.блюдо		Плов из птицы 80/160	240	66,06	7,81	2,40	57,90	281,00
гор.напиток	377	Чай с сахаром 200/15/7	222	4,41	0,42	0,00	13,90	57,50
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	136	24,35	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное	10	9,54	0,10	7,25	0,14	66,20
		Вода питьевая 1/500	500	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого завтрак	1138	130,36	12,06	24,17	96,48	548,00
Обед								
закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	11,78	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	260	8,67	2,00	6,19	10,30	105,00
2-е блюдо	294	Котлета рубленая из птицы 100/5	105	49,81	11,70	9,20	11,70	176,00
гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150	13,56	5,01	7,25	52,30	295,00
сладкое	348	Компот из сухофруктов	200	5,83	0,48	0,10	33,00	135,80
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,87	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	825	94,04	23,94	37,02	131,42	847,00
		Итого за день	1963	224,40	36,00	61,19	227,90	1395,00

Зав.производством(буфетчик) _____

Начальник лагеря _____