Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 30

Костина О.А.

Меню на 17.07.2024г

пришкольный лагерь

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса порций	цена	Пищевые вещества белки	жиры	углеводы	Энергет. ценность
		Третий день (первая неделя)						
		Завтрак						
гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	**37,37**	11,10	15,00	2,81	190,00
гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15	222	**4,41**	0,32	0,00	13,70	56,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	**2,52**	3,21	14,00	13,10	82,20
фрукты	338	Фрукты свежие яблоко)	130	**21,84**	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	**9,54**	0,10	7,25	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	17	**18,16**	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая 1/500	500	**24,53**				
		Итого завтрак	**1020,00**	**118,37**	**17,55**	**39,67**	**41,19**	**491,70**
		Обед						
закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	**11,04**	0,66	0,10	2,28	14,40
1-е блюдо	103	Суп картофельный с рисом	250	**9,49**	2,60	3,09	22,90	130,00
2-е блюдо	234	Котлета рыбная с маслом сливочным 100/5	105	**48,69**	14,50	10,40	13,20	205,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	**19,03**	3,13	4,50	21,20	138,00
сладкое	348	Компот из сушеных ягод и плодов (курага)	200	**13,40**	0,48	0,00	33,00	135,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	**2,52**	2,28	0,24	14,70	70,80
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	**1,86**	1,36	0,32	7,96	40,20
		Итого обед	**815**	**106,03**	**25,01**	**18,65**	**115,24**	**733,40**
		Итого за день	**1835**	**224,40**	**42,56**	**58,32**	**156,43**	**1225,10**

Зав производством(буфетчик)_____

Начальник лагеря_____