



Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Т.Т.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №30
 Костина О.А.

Меню на 03.06.2024
 для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	30,23	325	9,1	12	45
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	222	4,41	57,5	0,44	0	13,98
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (апельсин)	220	45,04	61,1	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное порционное	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
		15	Сыр "Российский" (порциями)	25	25,49	57,92	3,68	4,64	0
Итого за завтрак			727	116,66	649,92	17,05	25,81	83,66	
Обед	закуска	71	Огурец свежий	60	8,06	6,60	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	8,83	138	2,3	5,1	20
	2 блюдо	290	Птица запеченая	100	57,47	271	35	12	6,36
	гарнир	305	Рис отварной	150	14,58	263	7,74	5,75	45,2
	сладкое	348	Компот из плодов сушеных (чернослив)	200	13,79	126	0,77	0,04	27,3
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,61	69,6	1,68	0,33	14,82
	Итого за обед			820	107,74	956,4	51,12	24,68	127,92
Итого за день:			1547	224,4	1606,32	68,17	50,49	211,58	

* Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства Гамзаян Н.П.

Начальник лагеря _____