



Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Е.Н.



Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ №30
 Костина О.А.

Меню на 06.06.2024
 для пришкольного лагеря

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
	горячее блюдо	384	Каша вязкая молочная манная	220	31,74	281	7,81	2,40	57,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	2,26	57,50	0,44	0,00	13,98
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	14,00	13,10
	сладкое	338	Фрукты свежие (банан)	200	71,04	61,10	0,52	0,52	11,44
		14	Масло сливочное	10	9,09	66,2	0,10	7,25	0,14
		15	Сыр Российский	10	10,39	36,2	2,30	2,90	0,00
			Итого завтрак	685,00	126,92	630,60	14,38	27,07	96,56
обед	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	13,91	6,60	0,42	0,06	1,14
	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	8,76	137,00	2,95	5,20	19,40
	2блюдо	294	Биточки из птицы 100/5	105	50,37	176,00	11,70	9,20	11,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,05	292,00	10,3	7,29	46,3
	сладкое	1010*	Напиток яблочный	200	6,38	103,00	0,1	0,05	25,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	14,00	13,10
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,61	46,40	1,12	0,22	9,88
			Итого обед	825,00	97,48	881,30	29,8	36,02	127,12
			Итого за день	1510,00	224,40	1511,90	44,18	63,09	223,68

* Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И. 2017

Зав.производства Гамзян Н.Н.

Начальник лагеря _____