



Меню на 10.06.2024
для пришкольного лагеря

прим. пищи	раздел	№рсс.	Блюдо	Выход г	цена	Энергет. Ценность	Пищевые вещества		
							белки	жиры	углеводы
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"200/10/10	220	25,55	331,00	8,24	12,20	47,00
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,26	57,50	0,44	0,00	13,98
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	14,00	13,10
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,10	0,52	0,52	11,44
		15	Сыр Российский	10	10,85	36,20	2,30	2,90	0,00
			Вода питьевая б/г	500	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
			Итого завтрак	1105	80,56	568,00	14,71	29,62	85,52
обед	закуска	71	Овощи солёные (огурец)	60	13,65	8,10	0,55	0,06	1,34
	1-е блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной 250/10	260	13,11	110,00	1,69	4,91	14,80
	2-е блюдо	268	Биточки из говядины с маслом 100/5	105	98,13	292,00	15,26	18,50	15,90
	гарнир	309	Макароны отварные	150	8,98	215,00	6,60	4,33	37,50
	3-е блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,83	117,00	0,45	0,00	28,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,20	3,21	14,00	13,10
	хлеб		Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,74	46,40	1,12	0,22	9,88
			Итого обед	825	143,84	870,70	28,88	42,02	121,42
		Итого за день	1930	224,40	1438,70	43,59	71,64	206,94	

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря