



Меню на 13.06.2024
для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вс блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшена	220	25,71	328	11,8	11	48,6
	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 (яблоко)	130	16,02	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)	23	23,97	57,92	3,68	4,64	0
		Вода питьевая б/г	500	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за завтрак			1135	105,08	652,92	19,75	24,81	87,26	
Обед	закуска		Салат из отварной свеклы с сыром	100	24,39	144,12	4,66	9,44	2,92
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	8,76	137	2,95	5,2	19,4
	2 блюдо	290	Птица запеченая	100	57,47	364	14,6	8	16,5
	гарнир		Каша пшеничная рассыпчатая	150	9,9	203	6	3,86	36
	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			860	119,32	1125,92	33,87	28,27	130,04	
Итого за день:			1995	224,4	1778,84	53,62	53,08	217,3	

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

Зав.производства *Гамзаян Н.П.* Гамзаян Н.П.

Начальник лагеря *Суря*