



Меню на 14.06.2024
для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергетич еская	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	291	Плов из птицы	240	68,91	281	7,81	2,4	57,9
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,26	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		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	11,4
		14	Масло сливочное крестьянское (порц.)	10	9,09	66,2	0,1	7,25	0,14
			Вода питьевая б/г	500	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за завтрак			1110	122,16	547,00	12,02	11,57	96,24	
Обед	закуска	71	Помидор свежий	60	16,19	14,4	0,66	0,1	2,28
	1блюдо	88	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	260	10,39	105	2	6,19	10,3
	2 блюдо	294	Котлета рубленая из птицы	105	49,80	299	14,4	20	14,3
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,05	203	6	3,9	36
	сладкое	388	Напиток из шиповника	200	8,67	112	0,66	0,25	26,8
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,4	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	Итого за обед			825	102,24	862	28,05	32,06	112,66
Итого за день:			1935	224,4	1409	40,07	43,63	208,9	

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

Зав.производства Гамзаяев Н.И.

Начальник лагеря