



**Меню на 21.06.2024**  
для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	вес блюда	цена	энергети ческая	Пищевые вещества			
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	гор. блюдо	ТТК 223	Запеканка из творога с молоком сгущенным 150/20	170	84,92	300	22,3	11	28,9
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,29	57,50	0,44	0,00	13,98
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	61,1	0,52	0,52	11,44
			Вода питьевая б/г	500	23,48	0	0	0	0
	<b>итого</b>			<b>1045</b>	<b>129,11</b>	<b>500,8</b>	<b>26,47</b>	<b>12,92</b>	<b>67,42</b>
Обед	закуска	71	Огурец свежий	60	7,21	6,6	0,42	0,06	1,14
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	9	162	5,25	5,27	23,3
	2 блюдо	291	Плов из птицы 80/160	240	69,07	326	15,4	17,8	26
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,87	117	0,45	0	28,9
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,40	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,74	46,4	1,12	0,22	9,88
	<b>итого</b>			<b>800</b>	<b>95,29</b>	<b>740,2</b>	<b>25,85</b>	<b>24,75</b>	<b>102,32</b>
		<b>Итого за день:</b>		<b>1845</b>	<b>224,4</b>	<b>1241</b>	<b>52,32</b>	<b>37,67</b>	<b>169,74</b>

\* 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.Н.

Начальник лагеря Алехин