

"УТВЕРЖДАЮ":

ИП Мордвинцева Е.А.

Е.А. Мордвинцева

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ *СШ № 6*



## МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе

муниципальных образовательных учреждений в период каникул

при 2-х разовом питании

8 день *12 июля*

Наименование блюд	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность	№ рецептур
<b>Завтрак</b>						
Запеканка из творога с соусом	150	16,70	11,38	52,67	380,63	223/327
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	377
Печенье	20	1,50	1,93	14,87	83,40	
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	14,30	68,40	338
<b>Итого за приём пищи</b>	<b>542</b>	<b>18,93</b>	<b>13,93</b>	<b>97,04</b>	<b>594,43</b>	
<b>Обед</b>						
Свекла отварная	60	9,00	0,10	5,10	24,40	
Суп картофельный с крупой (перловая)	200	1,40	4,20	13,20	97,60	101
Котлеты рубленые из птицы	90	16,40	19,28	14,65	297,00	294
Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86	143
Кисель из повидла	200	0,10	0,00	28,20	110,30	360
Хлеб пшеничный	40	3,00	0,20	19,50	91,90	
Хлеб ржаной	40	2,50	0,40	16,50	79,20	
<b>Итого за прием пищи</b>	<b>780</b>	<b>34,93</b>	<b>39,88</b>	<b>109,44</b>	<b>903,26</b>	
<b>Всего за день</b>	<b>1322</b>	<b>53,86</b>	<b>53,81</b>	<b>206,48</b>	<b>1497,69</b>	