

"УТВЕРЖДАЮ":
ИП Мордвинцева Е.А.

Е.А. Мордвинцева

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ *СМ № 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

3 день *19 июля*

Наименование блюд	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность	№ рецептур
Завтрак						
Каша янтарная с яблоками	200	8,66	13,70	49,30	366,70	305Л
Бутерброд с повидлом	30/20/5	2,40	3,87	27,83	156,00	2
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	377
Хлеб пшеничный	70	5,10	0,40	34,00	160,80	
Итого за прием пищи	547	16,29	17,99	126,33	745,50	
Обед						
Овощи свежие (огурцы)	60	0,90	0,10	5,10	24,40	71
Суп с крупой (перловая)	200	1,40	4,20	13,20	97,60	101
Тефтели с рисом с соусом томатным	90/30	12,00	11,30	14,10	244,00	279/587Л
Макаронные изделия отварные с маслом	150	8,50	9,30	34,00	196,80	203
Компот из свежих плодов	200	0,10	0,10	14,20	59,20	342
Хлеб пшеничный	40	3,00	0,20	19,50	91,90	
Хлеб ржаной	40	2,50	0,40	16,50	79,20	
Итого за прием пищи	810	28,40	25,60	116,60	793,10	
Всего за день	1357	44,69	43,59	242,93	1538,60	