

"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

5 день *21 июля*

Наименование блюд	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность	№ рецептур
Завтрак						
Каша жидкая молочная из манной крупы	200	11,00	18,40	38,80	315,00	181
Яйцо отварное	40	5,50	5,00	0,30	68,60	209
Чай с молоком	200	1,70	1,30	17,30	86,70	378
Хлеб пшеничный	70	5,10	0,40	34,00	160,80	
Итого за прием пищи	510	23,30	25,10	90,40	631,10	

Обед						
Овощи свежие (огурцы)	60	0,90	0,10	5,10	24,40	71
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	6,10	4,60	16,00	130,40	102
Картофельное пюре	150	3,10	9,16	17,99	172,86	128
Фрикадельки в соусе	90/30	7,29	9,60	9,09	154,29	280/331
Сок натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Хлеб пшеничный	50	3,70	0,30	24,30	114,80	
Хлеб ржаной	40	2,50	0,40	16,50	79,20	
Итого за прием пищи	700	24,59	24,16	109,18	760,75	
Всего за день	1210	47,89	49,26	199,58	1391,85	