

Согласовано:

Директор МБОУ "Кузнечихинская ООШ"
Спасского муниципального района РТ
Каштанова Н. В.



Утверждено:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.



МЕНЮ

Пришкольный оздоровительный лагерь

День 6

Дата " 6 " июля 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, в гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углеводы	
Завтрак	Каша молочная рисовая со сливочным маслом	185/5/10	8,28	9,49	17	182,32
	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/15	7,7	12,6	25,24	247,33
	Какао с молоком	200	3,97	2,1	20,178	125,1
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	52
	Итого за завтрак		24,32	24,59	72,218	606,75
2-ой завтрак	Сок	200	0	0	38	76,8
	Кондитерское изделие	50	4,75	7,9	17,05	208,5
	Итого за 2-ой завтрак		4,75	7,9	55,05	285,3
Обед	Салат из моркови с яблоком	60	0,59	3,78	5,19	55,85
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне со сметаной	225/15/10	6,92	5,15	30,4	191,78
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150	6,86	7,58	33	170
	Гуляш из говядины	50/50	9,75	12,5	7,985	216
	Хлеб ржаной	70	4,74	1,75	26,12	136,05
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,005	10,71	45,4
	Итого за обед		29,06	30,765	113,405	815,08
	Итого за день:			58,13	63,255	240,673
Цена за день:		158,39				

Технолог

Старший повар