

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



Утверждено:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"  
 Турнина А. А.

МЕНЮ  
 Пришкольный оздоровительный лагерь

День 7  
 Дата " 07 " 06 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, в гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углеводы	
Завтрак	Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	185/5/10	5,91	9,55	15,16	168,97
	Омлет натуральный	80	5,22	5,51	4,7	103,92
	Бутерброд с сыром	50/15	6,32	4,58	23,57	174,88
	Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,2	1,5	10,71	45,4
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	52
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>18,45</b>	<b>21,94</b>	<b>73,74</b>	<b>597,17</b>
2-ой завтрак	Сок	200	0	0	38	76,8
	Оладьи	100	9,48	7,49	31,85	264,81
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>9,48</b>	<b>7,49</b>	<b>69,85</b>	<b>341,61</b>
Обед	Салат из свежих овощей	60	0,54	3,66	4,65	52,59
	Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб	235/15	7,56	5,57	21,94	177,47
	Рагу овощное с птицей	200	13,4	12,56	22,16	245,73
	Хлеб ржаной	70	4,74	1,75	26,12	136,05
	Компот из сухофруктов	200	0,54	0	12,59	50,63
	<b>Итого за обед</b>		<b>26,78</b>	<b>27,2</b>	<b>100,05</b>	<b>798,52</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>54,71</b>	<b>56,63</b>	<b>243,64</b>	<b>1737,3</b>
<b>Цена за день:</b>		<b>158,39</b>				

\_\_\_\_\_  
 Технолог

\_\_\_\_\_  
 Старший повар