



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



Утверждаю:
 Председатель СПСПК "Эдем"
 Турнина А. А.

МЕНЮ
 Пришкольный оздоровительный лагерь

День 8
 Дата "08" "06" 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, в гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углеводы	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	185/5/10	6,68	9,55	15,16	168,98
	Яйцо отварное	40	6	5,5	0,3	78
	Бутерброд с маслом	50/15	5,82	12,75	24,76	230
	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,54	0,05	10,16	40,8
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	52
	Итого за завтрак		25,44	28,25	60,18	647,78
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	Огурцы свежие	60	0,45	0,07	1,5	8,4
	Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	8,7	7,05	14,65	175,54
	Макароньы отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
	Тефтели мясные	100	9,99	13,4	24,4	204
	Соус томатный с овощами	30	0,3	1,47	1,95	21,6
	Хлеб ржаной	70	4,74	1,75	26,12	136,05
	Кисель	200	0	0	30,95	98,1
	Итого за обед		29,65	23,74	133,91	847,69
Итого за день:			59,84	59,89	249,14	1780,77
Цена за день:		158,39				

_____ Технолог

 _____ Старший повар