

Согласовано:
 Директор МБОУ Узьянской СОШ

 Н. Николаев



А.В. Николаев

Меню пришкольного лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей
 18.06.2024 г.

18 день					
Наименование блюд					
Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Запеканка из творога с повидлом	180/20	20,1	17,3	27,6	350
Чай "Гринфилд" с сахаром	200/15	0,2		13,7	53
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:		22,6	18,2	56,7	482
Обед					
Щи из свежей капусты, картофелем, со сметаной	250/10	2,18	5,63	7,4	87
Филе Скумбрии запечённое с рисом	230	15,6	20,1	36,2	389
Компот из сухофруктов	200	1,2		31,6	126
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб белый	20	1,6	0,6	10	49
Итого:		21,9	26,5	92,2	692
Полдник					
Зефир	50	3,3	5,9	33,8	193
Ряженка 2,5 %	200	6	12	8,2	169
Итого:		9,3	17,9	42,0	362
ВСЕГО:		53,77	62,60	190,9	1536