

Согласовано:
 Директор МБОУ Узькской СОШ



Н. Николаев

А.В. Николаев

Меню в пришкольных лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей
 09.06.2024 г.

9 день					
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Фрукты (бананы, яблоки, апельсины, мандарины)	100	0,4	0,4	9,8	47
Запеканка из творога со сгущённым молоком	120/15	20,6	18,6	26,1	360
Кофейный напиток с молоком	200	2,5	1,8	20,3	103
Батон высший сорт	30	2,70	1,04	18,50	95
Итого:		26,2	21,84	74,7	605
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/7	2,09	5,18	7,28	82
Ёжики мясные (с рисом) в соусе (п/ф)	70/50	9,5	9,8	11,99	174
Пюре картофельное	180	3,96	5,9	25,8	172
Компот из сухофруктов	200			10	119
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб Белый	20	1,6	0,6	10	49
Итого:		18,48	21,66	72,1	637
Полдник					
Печенье творожное	25	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:		53,98	61,40	188,8	1 604