



Согласовано:

Директор МБОУ Узьянской СОШ

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
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого:</b>		<b>26,2</b>	<b>21,84</b>	<b>74,7</b>	<b>605</b>
<b>Обед</b>					
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
<b>Итого:</b>		<b>18,48</b>	<b>21,66</b>	<b>72,1</b>	<b>637</b>
<b>Полдник</b>					
Печенье творожное	25	3,3	5,9	33,8	193
Ряженка 2,5 %	200	6	12	8,2	169
<b>Итого:</b>		<b>9,3</b>	<b>17,9</b>	<b>42,0</b>	<b>362</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>53,98</b>	<b>61,40</b>	<b>188,8</b>	<b>1 604</b>