

Согласовано:  
 Директор МБОУ Узьянской СОШ  
 \_\_\_\_\_  
 Н. Николаев



А.В. Николаев

Меню пришкольного лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей  
 15.06.2024 г.

<b>15 день</b>					
<b>Наименование блюд</b>					
<b>Завтрак</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Угл-ды</b>	<b>Ккал</b>
Фрукты (яблоки, апельсины, бананы, мандарины)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша геркулесовая молочная с маслом	200/5	8,36	8,85	34,1	249
Чай "Гринфилд" с сахаром, лимоном	200/15/7	0,2	0,1	13,9	55
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	79
<b>Итого:</b>		<b>11,21</b>	<b>10,22</b>	<b>73,2</b>	<b>430</b>
<b>Обед</b>					
Суп из овощей с мясными фрикадельками п/ф, сметаной	250/11/10	4,75	7,8	7,8	117
Плов из кур грудки (рис пропаренный)	50/200	0,18	0,03	0,48	3
Компот из сухофруктов	200	1,2		32,6	130
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб белый	20	1,6	0,6	10	49
<b>Итого:</b>		<b>9,0</b>	<b>8,6</b>	<b>57,9</b>	<b>340</b>
<b>Полдник</b>					
Пряник	40	3,2	10,4	29,8	211
Йогурт питьевой 1,5 % (разливной)	200	8	3	28,6	180
<b>Итого:</b>	200	<b>11,2</b>	<b>13,4</b>	<b>58,4</b>	<b>391</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>31,44</b>	<b>32,20</b>	<b>189,5</b>	<b>1 161</b>