



Согласовано:

Директор МБОУ- Узькской СОШ

Николаев А.В

**Меню в пришкольных лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей
03.06.2024 г.**

3 день					
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Фрукты (яблоки, апельсины, бананы, мандарины)	100	0,4	0,4	9,8	47
Пудинг из творога со сгущённым молоком	150/20	17,16	14,36	33,17	333
Чай "Гринфилд" с сахаром	200/15	0,2		13,7	53
Батон высший сорт	25	1,88	0,73	12,85	66
Итого:		19,64	15,49	69,5	499
Обед					
Суп-лапша домашняя с картофелем, с мясными фрикадельками п/ф	250/11	5,13	7,16	14,06	142
Грудки куриные (филе) запечённые	90	31,8	9,75	0,95	218
Каша гречневая вязкая	180	5,56	5,89	25,0	176
Компот из сухофруктов	200	0,2		24,8	102
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб Белый 1 с	20	1,6	0,6	10	49
Итого:		45,59	23,6	81,8	728
Полдник					
Кекс	40	3,2	10,4	29,8	211
Кисель	200			10,0	119
Итого:		3,2	10,4	39,8	330
ВСЕГО:		68,43	49,49	191,1	1 557

