



Согласовано:

Директор МБОУ- Узьякской СОШ

Николаев А.В

**Меню в пришкольных лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей  
05.06.2024 г.**

<b>5 день</b>					
<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Угл-ды</b>	<b>Ккал</b>
<b>Завтрак</b>					
Фрукты (яблоки, апельсины, бананы, мандарины)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша манная молочная	200	7,42	2,9	37,94	208
Чай "Гринфилд" с сахаром	200/15	0,2		13,7	53
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	79
<b>Итого:</b>		<b>10,27</b>	<b>4,17</b>	<b>76,9</b>	<b>387</b>
<b>Обед</b>					
Суп - харчо с мясными фрикадельками п/ф	250/11	5,13	4,04	19,43	135
Филе Скумбрии запечённое	90	25,1	14,4	3,95	246
Картофель тушёный	180	3,9	12,67	29,4	247
Компот из сухофруктов	200	2,4	0,1	41,4	171
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб Белый 1 с	20	1,6	0,6	10	49
<b>Итого:</b>		<b>39,43</b>	<b>32,01</b>	<b>111,2</b>	<b>889</b>
<b>Полдник</b>					
Корж молочный	40	3,3	5,9	33,8	193
Кефир 2,5%	200	5,6	6,4	8,2	117
<b>Итого:</b>		<b>8,9</b>	<b>12,3</b>	<b>42,0</b>	<b>310</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>58,60</b>	<b>48,48</b>	<b>230,1</b>	<b>1 586</b>