

Утверждаю

Начальник школьного лагеря

4 день

Меню для лагеря с дневным прибытием на 16.06.2021 год

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С (мг)	
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
ЗАВТРАК												
Оладьи со сгущенным молоком	100/20	100/20	12,96	12,96	12,48	12,48	72,58	72,58	454,00	454,00	0,75	0,75
Сысоль из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	53,00	53,00	0,00	0,00
Фрукт (банан)	50	50	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00
ОБЕД												
Овощная нарезка	60	60	0,49	0,49	0,07	0,07	1,33	1,33	8,4	8,4	3,43	3,43
Суп картофельный с рисом	250	300	2,70	3,24	2,78	3,33	14,58	17,49	90,68	108,81	10,00	12,00
Картофельная запеканка с сыром	250	250	4,87	4,87	7,17	7,17	48,91	48,91	280,00	280,00		
Компот из свежих яблок	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	115,00	115,00	0,90	0,90
Хлеб пеклеваный	40	40	5,60	5,60	0,80	0,80	33,84	33,84	165,00	165,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	40	40	4,01	4,01	0,77	0,77	24,37	24,37	123,00	123,00	0,00	0,00
Итого за день:	X	X	37,19	39,33	25,03	25,78	279,89	293,40	1489,08	1557,21	15,08	17,08

ИП Стасишин В.В.