

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 пшеничный	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.

Утверждаю

Начальник школьного лагеря

3 день

Меню для лагеря с дневным прибытием на 17.06 2022 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												
Омлет	100	100	26,31	26,31	19,90	19,90	50,40	50,40	486,00	486,00	0,85	0,85
Кондитерские изделия (печенье)	55	55	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00		
Кофейный напиток с молоком	100/100/20	100/100/20	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30
Батон нарезной	60	60	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00
ОБЕД												
Салат из белокочанной капусты	70	100	6,40	7,27	11,23	12,76	33,92	38,55	263,00	299,00	1,23	1,39
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	300	2,98	3,76	2,83	3,97	2,40	2,88	100,13	120,15	0,95	1,14
Пюре из бобовых с маслом (гороховое)	150/5	200/5	13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00	0,00	0,00
Чахохбили	100	120	4,90	5,79	4,78	5,65	4,02	4,75	115,00	136,00	2,61	3,08
Компот из сухофруктов	200	200	4,09	4,09	0,64	0,64	27,25	27,25	183,00	183,00	24,21	24,21
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	74,77	81,75	68,32	74,09	291,34	308,58	1907,13	2067,15	31,15	31,97

ИП Стасишин В.В.