

Утверждаю

Начальник школьного лагеря

**6 день**

**Меню для лагеря с дневным пребыванием на 20.06.2022 год**

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамины 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
<b>ЗАВТРАК</b>												
Макароны отварные с сыром	150/15	200/20	11,03	12,19	5,32	6,79	42,56	42,56	262,40	280,40	0,11	0,14
Булочка Домашняя	100	100	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	200/20	200/20	0,07	0,07	0,02	0,02	15,00	15,00	60,00	60,00	0,03	0,03
<b>ОБЕД</b>												
Салат из моркови	120	120	0,8	0,8	7	7	7,3	7,3	81,05	81,05	2,58	2,58
Суп «Полевой»	250	300	2,86	4,00	2,96	4,15	13,84	19,37	254,00	356,00	0,00	0,00
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
Гуляш из отварной птицы	120	120	20,04	20,04	21,12	21,12	4,91	4,91	252	252	1,8	1,8
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 пеклеванный	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
<b>Итого за день:</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>62,71</b>	<b>70,20</b>	<b>56,28</b>	<b>63,64</b>	<b>208,45</b>	<b>228,76</b>	<b>1752,33</b>	<b>1993,25</b>	<b>42,65</b>	<b>51,96</b>

ИП Сташишин В.В.