

Утверждаю

Начальник школьного лагеря

8 день

Меню для лагеря с дневным пребыванием на 22.06 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												
Запеканка рисовая с творогом	100/20	150/20	6,91	7,56	5,34	6,98	29,53	32,04	236,00	298,00	0,24	1,01
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 белокачанной капусты	70	100	1,25	1,58	4,30	4,99	7,10	7,99	806,00	83,20	23,00	25,00
Рассольник «Ленинградский»	250	300	2,20	2,60	5,20	7,10	15,58	16,90	117,90	125,30	5,20	7,50
Пюре картофельное	150	200	4,09	4,68	0,64	0,99	27,25	30,01	183,00	197,00	24,21	26,35
Котлета куриная	100	100	14,60	14,60	28,06	28,06	14,76	14,76	370,00	370,00	0,99	0,99
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
Итого за день:	X	X	52,32	55,89	49,23	54,01	238,03	256,11	2484,90	1895,50	79,15	86,36

ИП Стасишин В.В.