



Утверждаю

Начальник школьного лагеря

5 день

Меню для лагеря с дневным пребыванием на 03 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												
Каша жидкая молочная (рисовая) с маслом	200/5	250/5	5.34	6.07	11.23	12.76	35.01	39.79	263.00	299.00	1.23	1.39
Какао напиток с медом	100\100\20	100\100\20	4.05	4.05	3.54	3.54	17.58	17.58	119.00	119.00	1.59	1.59
Ватрушка с повидлом	100	100	4.64	4.64	5.90	5.90	0.00	0.00	72.00	72.00	0.14	0.14
ОБЕД												
Борщ с фасолью и картофелем	250	300	2.20	2.60	5.20	7.10	15.58	16.90	117.90	125.30	5.20	7.50
Макаронник с курами	250	250	2.86	2.86	4.32	4.32	23.01	23.01	143.00	143.00	21.00	21.00
Компот из смеси 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	32.79	33.92	32.40	35.83	176.64	182.74	1185.90	1229.30	53.37	55.83

ИП Сташин В.В.