

«Согласовано»
Начальник ЛОД СОШ №

Утверждено
ИП Глухов Д.В.

Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 06 ИЮНЯ 2023г.

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал	
				Б	Ж	У	К	К
№70	Помидор свежий	60	6,60	0,48	0	2,04	9,6	
№292/3	Птица тушенная в соусе с овощами (филе грудки)	90/150	55,84	16,81	19,36	17,1	372,5	
№338	Банан свежий калиброванный	220	30,80	2,85	0,00	24,80	140,20	
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	2,91	4,51	1,14	7,71	57,33	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	
Итого завтрак		720	97,69	26,49	21,14	64,19	643,95	
№70	Огурец свежий	60	5,28	0,48	0	2,04	9,6	
№84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,62	9,3	7,27	11,92	232,2	
№291	Плов из птицы (филе грудки)	90/150	44,10	17,8	18,48	33,46	340,5	
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,85	0	44	111,1	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	
Итого обед:		810	69,23	32,60	26,69	100,75	817,65	
Итого за день:		1530	166,92	59,09	47,83	164,94	1461,60	

Утверждено
ИП Глухов Д.В.

Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 05 ИЮНЯ 2023г.

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал	
				Б	Ж	У	К	К
№223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/50	69,16	16,2	10,8	42,4	359,2	
№338	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,4	0,4	10,3	44	
№	Печенье "Чоко-пай"	1/40	14,00	0,60	0,10	59,80	75,00	
№382	Какао с молоком	200	9,84	3,52	3,72	25,49	105,20	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	
Итого завтрак		590	104,15	22,56	15,66	150,53	647,72	
			ОБЕД					
№70	Огурец свежий	60	5,28	0,48	0	2,04	9,6	
№102	Суп картофельный с горохом	250	7,15	11,7	7,32	17,8	216,8	
№279	Тефтели из говядины с соусом красным основным	90/50	33,81	8,80	13,06	9,66	191,30	
№203	Макаронны отварные с маслом сливочным	150	5,62	5,35	8,55	25,6	157,4	
№350	Кисель из плодов или ягод (замороженных)	200	6,97	0,00	0,00	15,30	49,60	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	
Итого обед:		860	61,93	30,02	29,87	77,69	739,35	
Итого за день:		1450	166,08	52,58	45,53	228,22	1387,07	