



УТВЕРЖДАЮ:

Директор Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню пришкольного лагеря

01.06.2023г

/1 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак							
Каша пшеничная молочная	182	200	5,6	6,8	33,6	218	5-11
Какао с молоком	382	200	3,78	0,67	26	125,11	6-68
Сыр порциями (российский)	15	30	6,96	8,85		107,49	17-10
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Итого:			19,5	16,72	78,92	544,12	
Обед							
Винегрет овощной с раст. маслом	67	100	1,62	6,2	8,9	97,88	4-81
Щи из св.кап. с картоф.	88	250	2,16	5,97	9,75	101,37	3-57
Птица (курица) отварная	288	100	26	16		248	28-24
Макаронны отв. с маслом	309	200	6,8	10	38	269,2	5-69
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	2-03
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	2-37
Яблоки свежие	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	8-50
Печенье							10-50
Сок							19-80
Итого:			42,84	39,55	125,78	1030,93	
Всего:		-	62,34	56,27	204,7	1575,05	
				Повар	<i>A</i>	А.Г.Минуллова	