

Согласовано:  
 Начальник лагеря "Зеленый глобус" МБОУ "Долгоостровская СОШ"  
 Вахитова Р.З. Вахитова

## Меню на 08.06.2023 года

7-й день по двенадцатидневному меню

Наименование блюда	Цена	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
				Белки	Жиры	Углевод ы	Калл	А	В	С	Е	Са	Mg	Р	Fe	
<b>завтрак</b>																
Сыр порциями	5-41	97*	10	2,30	3,90	0,00	36,00	0,04	0,00	0,16	0,05	100,00	5,00	54,00	0,11	
Каша молоч. пшеничная с маслом	11-96	302*	180/5	18,44	9,14	21,03	262,00	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09	
Чай с молоком	5-01	297**	200	1,60	1,65	17,36	86,00	0,02	0,02	0,75	0,00	65,25	11,40	53,24	0,90	
Хлеб пшеничный	3-04		40	3,04	0,34	19,44	96,00	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44	
<b>итого:</b>	<b>24-45</b>			<b>25,38</b>	<b>15,03</b>	<b>57,83</b>	<b>480,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,23</b>	<b>2,09</b>	<b>1,26</b>	<b>341,33</b>	<b>34,92</b>	<b>283,28</b>	<b>3,54</b>	
<b>обед</b>																
Салат из свежих огурцов	7-86	16*	60	0,47	0,61	0,86	63,00	0,03	0,12	5,50	2,70	13,04	7,64	23,90	0,34	
Суп картофельный с горохом	5-88	139*	200	4,71	3,73	15,96	118	0,06	0,19	9,2	0,21	30,72	27,9	70,66	1,67	
Птица тушенная в смет.соусе	12-25	493*	90(45/45)	10,85	8,82	2,03	131	0,07	0,06	0,47	2,21	16,68	14,11	115,83	0,93	
Макаронные изделия отварные	6-04	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	0,06	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82	
Чай с фруктовым соком	5-03	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0	1,04	0,06	6,13	3,98	7,21	0,58	
Хлеб ржаной	3-10		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
<b>итого:</b>	<b>20-82</b>		<b>119</b>	<b>24,51</b>	<b>18,67</b>	<b>79,50</b>	<b>744,00</b>	<b>0,22</b>	<b>0,50</b>	<b>16,21</b>	<b>6,72</b>	<b>91,27</b>	<b>73,19</b>	<b>315,08</b>	<b>6,58</b>	
магарины	16-50		200													
сок	22-20															
<b>всего</b>	<b>101-95</b>															

Повар Ан - Азмуханова И.Н.