

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

## Меню на 09.06.2023 года

8-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>																
Бутерброд с повидлом	<i>6-91</i>	2*	40	1,20	4,30	22,00	132,00	0,03	0,02	8,00	0,40	8,00	5,00	14,00	0,30	
Каша молочная овсяная с маслом	<i>11-03</i>	302*	180/5	17,63	12,96	23,61	267,00	0,09	0,23	1,18	0,14	165,01	50,27	148,10	1,32	
Чай с лимоном	<i>3-11</i>	686*	200	0,26	0,06	15,22	59,00	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91	
Хлеб пшеничный	<i>1-62</i>		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>	<i>25-32</i>			<b>22,13</b>	<b>17,66</b>	<b>80,27</b>	<b>554,00</b>	<b>0,12</b>	<b>0,29</b>	<b>12,08</b>	<b>0,98</b>	<b>189,06</b>	<b>66,11</b>	<b>197,88</b>	<b>2,97</b>	
<b>обед</b>																
Помидоры свежие порезками	<i>10-50</i>		60	0,48	0,12	3,12	12	0,03	12,6	0,15	0,195	7,5	13,5	10,5	0,45	
Борщ с капустой картофелем со	<i>9-10</i>	110*	200/5	1,47	4,67	7,31	89	0,09	0,03	8,81	0,17	36,95	19,46	43,72	0,95	
Котлеты (особые)	<i>23-51</i>	452*	90(50/40)	14,14	18,68	5,4	213	0,08	0,07	0,52	2,03	18,53	15,68	128,74	1,03	
Рис отварной	<i>10-48</i>	511*	150	3,81	6,11	38,61	228	0,07	0,04	0	0,44	5,13	27,03	82,28	0,55	
Компот из <i>яблок и груш</i>	<i>4-42</i>	638*	200	1,04	0	30,96	123	0,7	0,02	0,8	1,1	32,4	21	29,2	0,7	
Хлеб ржаной	<i>3-10</i>		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24	
<i>анишкит</i>	<i>28-08</i>			<b>23,76</b>	<b>30,18</b>	<b>86,00</b>	<b>791,00</b>	<b>0,97</b>	<b>12,80</b>	<b>10,28</b>	<b>4,72</b>	<b>114,91</b>	<b>108,07</b>	<b>346,64</b>	<b>5,92</b>	
<i>итого</i>	<i>29-18</i>															
<i>Реш</i>	<i>112-50</i>															

Повар *И.И.* Азмуханова И.И.