Согласовано:
Директор
_____ (ФИО директора)
Дата:_____г.

Утверждаю:
Директор ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "Поляна"
_____
Дата 03.06.2024г.

Примерное двенадцатидневное меню питания школьников в лагерях с дневным пребыванием на 03.06.2024г
Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

								День 1(Понедельник)									
					Пищевая ценность					**Витамины и минеральные вещества**							
	№ по СР	**Наименование блюда**	**Выход (гр)**	**Цена**	**Ккал**	**Белки**	**Жиры**	**Углевод**	**B1**	**C**	**A**	**E**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
Завтрак	14	Масло сливочное порц.	10	7,2	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	173	Каша вязкая молочная пшенная с маслом	150/10(5)	18,04	280,9	7,63	13,34	32,53	0,18	1,3	0,06	0,6	143,83	234,95	70,05	1,69
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338	Мандарины св.порционно	100	22,8	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
		Итого	**505**	**53,88**	**550,06**	**11,68**	**22,24**	**75,33**	**0,28**	**42,1**	**0,11**	**1,15**	**192,03**	**282,49**	**87,49**	**2,29**
	71	Огурцы свежие кусками	60	5,4	12	0,7	0,1	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,09	34,51	12,54	0,8
Обед	102	Суп картофельный с горохом	200	5	118,63	4,11	4,27	15,4	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
	290	Птица тушенная в смет.соусе	100(50/50)	26,74	111,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05
	309	Макароны отварные	200	8,75	162,49	7,17	6,24	43,19	0,07	0	0,05	1,11	5,42	53,46	9,21	1,08
		Чай с фруктовым сиропом	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	60	3,96	98	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	**820**	**55,85**	**637,72**	**30,06**	**31,06**	**75,04**	**0,27**	**18,12**	**0,26**	**5,68**	**70,98**	**156,26**	**52,1**	**3,57**
		Суп картофельный с горохом с мясом	200	11,66													