



Меню на 15.06.2023
пришкольный лагерь

прием пищи	раздел	№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	белки	жиры	углеводы	Ккал	
завтрак	пром.произ-во	14	Масло сливочное	10	9,39	0,10	7,25	0,14	66,20	
	пром.произ-во	15	Сыр Российский	16	16,13	2,30	2,90	0,00	36,20	
	горячее блюдо	384	Каша вязкая молочная манная	220	31,38	7,81	2,40	57,90	281,00	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	14,00	13,10	82,20	
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	14,11	0,52	0,52	11,44	61,10	
	гор. напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	15,58	3,35	2,60	26,40	133,40	
			Итого завтрак	616	88,88	17,29	29,67	108,98	660,10	
обед	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	8,28	0,66	0,10	2,28	14,40	
	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	12,67	2,95	5,20	19,40	137,00	
	2блюдо	294	Биточки из птицы 100/5	105	42,37	11,70	9,20	11,70	176,00	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,55	10,3	7,29	46,3	292	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	14,00	13,10	82,20	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40	
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (апельсин)	200	28,80	1,80	0,40	16,20	86,00	
	слад блюдо		Сок фруктовый в инд.упаковке	200	19,50	96,00	0,00	0,00	24,00	
				Итого обед	1045	130,12	127,74	36,41	118,86	858
				Итого за день	1661	219,00	145,03	66,08	227,84	1518,10

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И. 2017

Зав.производства  Пайманова К.В.

Ответственный по питанию 