


 Утверждаю
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Т.П.


 Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 31
 Золотухина Т.А.

Меню на 16.06.2023
 пришкольный лагерь

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	белки	жиры	углевод	Ккал	
завтрак	пром.произ-в	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,39	0,10	7,20	0,10	66,20	
	пром.произ-во	15	Сыр Российский	25	24,62	5,75	7,25	0,00	90,50	
	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная рисовая 200/10/10	220	29,24	6,72	4,60	48,50	240,00	
	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	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,50	0,44	0,00	13,98	57,50	
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (банан)	232	42,60	3,30	1,10	16,20	211,20	
				Итого завтрак	759	113,30	20,64	34,37	101,76	794,00
	обед	закуска	70	Овощи солёные (огурец)	60	13,33	0,48	0,06	1,02	7,80
		1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	11,50	5,25	5,27	23,30	162,00
2-е блюдо		291	Плов из птицы 80/160	240	59,74	15,40	17,80	26,00	326,00	
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	
3-е блюдо		348	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,18	0,48	0,10	33,00	135,00	
				Итого обед	800	105,70	25,94	37,45	106,30	759,40
				Итого за день	1559	219,00	46,58	71,82	208,06	1553,40

* 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

*Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью

** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена яйцо куриное(1шт) может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства  Найманова К.В.

Ответственный по питанию 