



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 05.06.2023
для пришкольного лагеря

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход ,г	цена	Пищевые вещества			Энергет. Ценность
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произ-во	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,39	0,10	7,25	0,14	66,20
	пром.произ-во	15	Сыр Российский	21	21,40	5,06	6,38	0,00	79,64
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"200/10/10	220	24,92	8,24	12,20	47,00	331,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	14,00	13,10	82,20
	хлеб		Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	15,68	3,35	2,60	26,40	133,40
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	13,10	0,52	0,52	11,44	61,10
			Итого завтрак	631	88,44	21,60	43,17	107,96	799,94
	обед	закуска	71	Овощи солёные (огурец)	60	13,33	0,48	0,06	1,02
1-е блюдо		82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной 250/10	260	11,70	1,69	4,91	14,80	110,00
2-е блюдо		268	Виточки из говядины с маслом 100/5	105	85,28	23,00	23,80	12,00	354,00
гарнир		202	Макароны отварные	180	9,89	6,60	4,33	37,50	215,00
хлеб			Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	14,00	13,10	82,20
хлеб			Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40
3-е блюдо			Компот из смеси сухофруктов	200	6,41	0,45	0,00	28,90	117,00
			Итого обед	855	130,56	36,55	47,32	117,20	932,40
		Итого за день	1486	219,00	58,15	90,49	225,16	1732,34	

* Согласно приложения № 11 к СанПиН 12.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства  Найманова К.В.

Начальник лагеря 