

Утверждаю:
 Директор школы:  /Стерлядников М.В./

Меню на
 07.06.2024 года

Школа МКОУ Большовская СШ оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

Отд./корп

Неделя 1
 день 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	гор.блюдо	54-24к/2022н	Каша молочная пшенная жидкая, с маслом и сахаром	200	20,00	235	8	10	28
	закуска	3/2017м	Бутерброд с сыром 40/5/15	60	25,00	180	7	8	19
	гор.напиток	54-45гн/2022н	Чай каркаде	200	6,00	30	0	0	7
	хлеб	701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,00	94	3	0	19
Итого за приём пищи:				500		538	18	19	74
Завтрак для обучающихся возрастной группы 12 лет и старше	гор.блюдо	54-24к/2022н	Каша молочная пшенная жидкая, с маслом и сахаром	250	20,00	293	10	13	35
	закуска	3/2017м	Бутерброд с сыром 40/5/15	60	25,00	180	7	8	19
	гор.напиток	54-45гн/2022н	Чай каркаде	200	6,00	30	0	0	7
	хлеб	701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,00	94	3	0	19
Итого за прием пищи:				550		597	20	21	80

Обед для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	закуска	24/2017м	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	15,10	42	1	4	2
	1 блюдо	54-10с/2022н	Суп крестьянский с крупой	200	16,00	116	5	6	11
	2 блюдо	77-1/2022/54-10с/2022н	Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	40,00	157	12	9	7
	гарнир	125/2017м	Картофель отварной с маслом	150	20,00	158	3	6	21
	напиток	54-5хн/2022н	Компот из яблок свежих	200	10,00	43	0	0	10
	хлеб бел.	701/010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,00	94	3	0	19
	хлеб черн.	702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	3,00	69	2	0	15
	Итого за прием пищи:				800	0	677	26	25

Обед для обучающихся возрастной группы 12 лет и старше	закуска	24/2017м	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	15,10	71	1	6	3
	1 блюдо	54-10с/2022н	Суп крестьянский с крупой	250	16,00	144	6	7	14
	2 блюдо	77-1/2022/54-10с/2022н	Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	40,00	157	12	9	7
	гарнир	125/2017м	Картофель отварной с маслом	180	20,00	189	4	7	25
	напиток	54-5хн/2022н	Компот из яблок свежих	200	10,00	43	0	0	10
	хлеб бел.	701/010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,00	94	3	0	19
	хлеб черн.	702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	3,00	69	2	0	15
	Итого за прием пищи:				930	161,10	789	29	30