

Утверждаю:

Директор школы:  /Стерлядников М.В./

Меню на
18.06.2024 года

Школа

МКОУ Большовская СШ оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

Отд./корп

Неделя 1
день 1

| Прием пищи | Раздел | № рец | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|-------------|---------------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | гор.блюдо | 54-25к/2022н | Каша молочная рисовая жидкая , с маслом и сахаром | 200 | 20,00 | 189 | 7 | 5 | 29 |
| | сладкое | П.Т. | Пряник | 50 | 20,00 | 187 | 4 | 6 | 29 |
| | гор.напиток | 54-45гн/2022н | Чай каркаде | 200 | 6,00 | 30 | 0 | 0 | 7 |
| | фрукты | 338/2017м | Фрукты по сезону | 100 | 15,00 | 47 | 0 | 0 | 10 |
| | хлеб | 701/2010м | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 3,00 | 70 | 2 | 0 | 14 |
| Итого за прием пищи: | | | | 580 | | 523 | 13 | 11 | 89 |
| Завтрак для обучающихся возрастной группы 12 лет и старше | гор.блюдо | 54-25к/2022н | Каша молочная рисовая жидкая , с маслом и сахаром | 250 | 20,00 | 238 | 8 | 7 | 36 |
| | сладкое | П.Т. | Пряник | 50 | 20,00 | 187 | 4 | 6 | 29 |
| | гор.напиток | 54-45гн/2022н | Чай каркаде | 200 | 6,00 | 30 | 0 | 0 | 7 |
| | фрукты | 338/2017м | Фрукты по сезону | 100 | 15,00 | 47 | 0 | 0 | 10 |
| | хлеб | 701/2010м | Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,00 | 117 | 4 | 1 | 24 |
| Итого за прием пищи: | | | | 650 | | 619 | 16 | 14 | 106 |

| | | | | | | | | | |
|---|------------|----------------------|---|-----|-------|-----|----|----|----|
| Обед для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | закуска | 54-2з/2022н | Овощи по сезону в нарезке (огурец) | 60 | 15,10 | 9 | 0 | 0 | 2 |
| | 1 блюдо | 54-28с/2022н | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 16,00 | 83 | 1 | 4 | 9 |
| | 2 блюдо | 77-3/2022н/331/2017м | Котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20 | 120 | 35,00 | 181 | 8 | 13 | 7 |
| | гарнир | 171/2017м | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 15,00 | 234 | 8 | 6 | 36 |
| | 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 | 711 | 24 | 24 | 98 |

| | | | | | | | | | |
|--|------------|----------------------|---|-----|--------|-----|----|----|-----|
| Обед для обучающихся возрастной группы 12 лет и старше | закуска | 54-2з/2022н | Овощи по сезону в нарезке (огурец) | 100 | 15,10 | 15 | 1 | 0 | 3 |
| | 1 блюдо | 54-28с/2022н | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 16,00 | 95 | 2 | 5 | 11 |
| | 2 блюдо | 77-3/2022н/331/2017м | Котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20 | 120 | 35,00 | 181 | 8 | 13 | 7 |
| | гарнир | 171/2017м | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 15,00 | 280 | 10 | 8 | 43 |
| | 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 | 40 | 3,00 | 92 | 2 | 0 | 20 |
| Итого за прием пищи: | | | | 930 | 161,10 | 799 | 26 | 27 | 113 |