

Утверждаю
Директор школы: /Стерлядников М.В./

Меню на
28.10.2024 года

Школа МКОУ Большеовская 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