

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



Меню на
30.10.2024 года

Школа

МКОУ Большеовская СШ оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

Отд./корп

Неделя 1
день 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	гор.блюдо	54-23к/2022н	Каша молочная жидкая пшеничная, с маслом и сахаром	200	20,00	270	8	9	39
	фрукты	338/2017м	Фрукты по сезону	100	15,00	47	0	0	10
	напиток	389/2017м	Сок фруктовый	200	10,00	84	1	0	20
	хлеб	701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,00	70	2	0	14
Итого за прием пищи:				530		471	11	9	83
Завтрак для обучающихся возрастной группы 12 лет и старше	гор.блюдо	54-23к/2022н	Каша молочная жидкая пшеничная, с маслом и сахаром	250	20,00	338	10	12	48
	фрукты	338/2017м	Фрукты по сезону	100	15,00	47	0	0	10
	напиток	389/2017м	Сок фруктовый	200	10,00	84	1	0	20
	хлеб	701/2010м	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,00	94	3	0	19
Итого за прием пищи:				580		540	14	12	92

Обед для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	закуска	131/2017м	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	15,10	22	2	0	4
	1 блюдо	54-25с/2022н	Суп гороховый	200	16,00	110	3	6	11
	2 блюдо	288/2017м	Жаркое по домашнему	200	66,00	270	17	11	25
	напиток	54-1хн/2022н	Компот из смеси сухофруктов	200	10,00	81	1	0	17
	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:				730	0	701	27	24	94
Обед для обучающихся возрастной группы 12 лет и старше	закуска	54-9з/2022н	Салат из свежей капусты	100	20,10	129	2	11	6
	1 блюдо	54-25с/2022н	Суп гороховый	250	16,00	112	4	5	14
	2 блюдо	288/2017м	Жаркое по домашнему	250	61,00	338	21	14	32
	напиток	54-1хн/2022н	Компот из смеси сухофруктов	200	10,00	81	1	0	20
	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	69	2	0	15
Итого за прием пищи:				880	161,10	844	33	30	110