

Согласовано:
 Директор МБОУ Узьянской СОШ

 Н. Николаев



А.В. Николаев

Меню пришкольного лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей
 21.06.2024 г.

21 день					
Наименование блюд					
Завтрак	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Фрукты (яблоки, апельсины, бананы, мандарины)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша пшённая молочная с маслом	200/5	8,58	7,69	39,8	263
Кофейный напиток с молоком	200	2,5	1,8	20,3	103
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:		13,7	10,8	85,3	492
Обед					
Щи из свежей капусты, картофелем, со сметаной	250/10	2,18	5,63	7,4	87
Котлеты натуральные из куриных грудок "Дачная" п/ф	80	13,05	5,23	4,24	116
Пюре картофельное с маслом	180/5	4	9,5	25,9	205
Компот из сухофруктов	200	0,2		24,8	102
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб белый	20	1,6	0,6	10	49
Итого:		22,3	21,2	79,3	600
Полдник					
Корж молочный	40	0,7	0,83	19,3	89
Сок фруктовый 1л (разливной)		1		21,2	88
Итого:		1,7	0,8	40,5	177
ВСЕГО:		2,7	0,8	61,7	265