



Согласовано:

Директор МБОУ- Узякской СОШ

Николаев А.В

**Меню пришкольного лагеря «РОСТ» с дневным пребыванием детей
07.06.2024 г.**

7 день					
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Фрукты (яблоки, апельсины, бананы, мандарины)	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша полбяная молочная	200	5,34	6,49	18,4	315
Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190
Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:		12,89	12,76	76,1	631
Обед					
Суп гороховый с гренками, мясными фрикадельками п/ф	250/10/11	9,28	9,04	27,40	227
Компот из сухофруктов	200	0,2		24,8	102
Хлеб Сельский	20	1,30	0,20	7,00	41
Хлеб Белый 1 с	20	1,6	0,6	10	49
Итого:		12,38	9,84	69,2	419
Полдник					
Вафли	25	5,03	10,8	40,2	279
Ряженка 2,5 %	200	6	12	8,2	169
Итого:		11,0	22,8	48,4	448
ВСЕГО:		36,30	45,40	193,7	1 498