

Согласовано:
 Директор МБОУ "Кузнецихинская ООШ"
 Спасского муниципального района РТ
 Каптанова Н. В.



Подтверждаю:
 Протокол СПОСПК "Эдем"

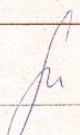
Турнина А. А.

МЕНЮ

Пришкольный оздоровительный лагерь

День 14
 Дата "14" "августа" 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, в гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углеводы	
Завтрак	Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	185/5/10	6,81	10,21	20,68	189,5
	Омлет натуральный	80	5,22	5,51	4,7	103,92
	Бутерброд с маслом	50/15	5,82	12,75	24,76	230
	Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,2	1,5	10,71	45,4
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	52
	Итого за завтрак		18,45	30,37	70,65	620,82
2-ой завтрак	Сок	200	0	0	38	76,8
	Кондитерское изделие	50	4,75	7,9	17,05	208,5
	Итого за 2-ой завтрак		4,75	7,9	55,05	285,3
Обед	Салат из свежих овощей	60	0,54	3,66	4,65	52,59
	Щи с капустой и картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,14	14,8	176,57
	Картофельное пюре	150	3,09	4,657	22,03	146
	Биточки рыбные из минтая	100	12,45	2,94	13,8	159,9
	Хлеб ржаной	70	4,74	1,75	26,12	136,05
	Кисель	200	0	0	30,95	98,1
	Итого за обед		33,06	19,397	117	821,8
Итого за день:			56,26	57,667	242,7	1727,92
Цена за день:		158,39				



Технолог

Старший повар