



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
28 марта 2023 год


МЕНЮ

на 29.03.2023 год

11-17 лет

(лагерь с дневным пребыванием детей)

| Школа | МКОУ Ягодинская СОШ | | | Отд./корп | День | | | | | 4 |
|------------|-----------------------|---------|--|-----------|--------|--------------|-------|-------|----------|--------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | 265 | каша пшеничная молочная с маслом | 200 | 14,48 | 300 | 7,75 | 9,32 | 46,25 | |
| | гор.напиток | 105 | масло сливочное | 10 | 7,98 | 74,8 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | |
| | | 100 | сыр полутвердый | 20 | 13,18 | 68,6 | 5,12 | 5,20 | 0,00 | |
| | хлеб бел. | 108 | хлеб пшеничный | 40 | 2,64 | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | |
| | | 496 | какао с молоком | 200 | 10,34 | 144,00 | 3,60 | 3,30 | 25,00 | |
| | | 112 | яблоко | 200 | 28,60 | 94,00 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | |
| Завтрак 2 | напиток | 518 | сок фруктово-ягодный | 200 | 24,00 | 92 | 1 | 0,2 | 2,00 | |
| | фрукты | 112 | груша | 200 | 48,00 | 47,00 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | |
| Обед | закуска | 5 | салат из капусты с помидорами и огурцами | 100 | 14,00 | 124,00 | 2,30 | 11,00 | 3,90 | |
| | 1 блюдо | 153 | суп с рыбными консервами | 200 | 22,94 | 133 | 7,38 | 5,78 | 12,84 | |
| | 2 блюдо | 377/448 | запеканка картофельная с мясом соус белый основной | 250 | 112,71 | 475,00 | 29,13 | 29,38 | 23,63 | |
| | сладкое | 508 | компот из смеси сухофруктов | 200 | 5,44 | 110,00 | 0,50 | 0,00 | 27,00 | |
| | хлеб бел. | 108 | хлеб пшеничный | 40 | 2,64 | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | |
| | хлеб черн. | 110 | хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,68 | 72,40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | |
| | | 112 | мандарин | 100 | 22,70 | 47,00 | 0,80 | 0,40 | 8,10 | |
| | итого по рациону дня: | | | | 2000 | | 1595 | 59,75 | 57,48 | 185,33 |
| | стоимость детодня: | | | | | 332,33 | | | | |

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева