



Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
14 июня 2023 год


МЕНЮ

на 14.06.2023 год

7 - 11 лет

(Лагерь с дневным прибыванием детей)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День				1	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	260	каша "дружба" на молоке с маслом	200	21,13	226,2	5,26	11,66	25,04		
	гор.напиток	495	чай с молоком	200	6,72	81,00	1,50	1,30	15,90		
		100	сыр полутвердых сортов	20	17,00	68,6	5,12	5,2	0,00		
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,64	94	3,04	0,32	19,68		
		517	йогурт сладкий 3,2% жирности	250	35,33	87	5	3,2	8,5		
Завтрак 2	напиток	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00		
	фрукты	112	яблоко	250	37,75	47,00	0,40	0,40	9,80		
Обед	закуска	55	салат из свеклы с сыром	100	13,95	148,00	2,80	12,10	5,50		
	1 блюдо	134/357	рассольник ленинградский с говядины со сметаной	200	33,79	131,7	5,04	6,1	13		
	2 блюдо	367	гуляш (из мяса свинины)	120	53,84	247,50	17,16	18,3	3,5		
	гарнир	237	каша гречневая рассыпчатая	150	14,77	253,05	8,55	7,84	37,08		
	сладкое	502	кисель из брусники	200	16,59	96,00	0,10	0,00	23,00		
	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	апельсин	250	48,5	43,00	0,90	0,20	8,10		
	итого по рациону дня:				1860		1474,25	54,79	54,66	163,44	
	стоимость детодня:					332,33					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева