



Утверждаю:
 Начальник ЛДПД
 А.Н. Марышина
 01 ноября 2023 г


МЕНЮ

на 02.11.2023 год

с 7 до 11 лет

(лагерь с дневным пребыванием детей)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп	День					5
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	313/481	запеканка из творога с молоком сгущенным	230	67,36	665,06	34,16	36,15	48,51	
	гор.напиток	501	напиток кофейный с молоком	200	10,05	79,00	3,20	2,70	15,90	
		100	сыр полутвердый	15	12,75	51,45	3,84	3,90	0,00	
	хлеб	108	хлеб пшеничный	40	2,64	94,00	3,04	0,32	19,68	
		112	яблоко	200	28,6	94	0,8	0,8	19,6	
Завтрак 2	фрукты	518	сок фруктово-ягодный	200	25,00	92	1	0,2	2,00	
		112	банан	140	21,47	134,40	2,10	0,70	29,40	
Обед	закуска	21	салат из свежих помидоров с перцем	100	27,78	109,00	1,00	10,10	3,40	
	1 блюдо	140/357	щи из свежей капусты с говядиной, сметаной	200	23,24	88,36	4,00	5,70	4,98	
	2 блюдо	349/453	котлета рыбная, соус томатный	150	39,06	153,8	9,24	7,17	13,1	
		414	рис отварной	150	11,85	204,60	3,69	6,08	33,80	
	сладкое	510	компот из апельсинов с яблоком	200	18,41	93,00	0,50	0,20	22,20	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,64	94,00	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	200	38,8	86,00	1,80	0,40	16,20	
итого по рациону дня:				2105		2111,07	74,05	75,22	262,05	
стоимость детодня:					332,33					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева