

Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано

Директор МБОУ НОШ № 17



Останкович Е.В.

**Меню на 12.07.2024г**  
пришкольный лагерь

| прием пищи     | № рецепта | Наименование блюда                                  | Масса       |               | Пищевые вещества |              |               | Энергет. ценность |
|----------------|-----------|---|-------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------|
|                |           |   | порций      |               | белки            | жиры         | углеводы      |                   |
| <b>Завтрак</b> |           |   |             |               |                  |              |               |                   |
| гор.блюдо      |           | Плов из птицы 80/160                                | 240         | <b>66,06</b>  | 7,81             | 2,40         | 57,90         | 281,00            |
| гор.напиток    | 377       | Чай с сахаром 200/15/7                              | 222         | <b>4,41</b>   | 0,42             | 0,00         | 13,90         | 57,50             |
| хлеб           |           | Хлеб пшеничный                                      | 30          | <b>2,52</b>   | 3,21             | 14,00        | 13,10         | 82,20             |
| фрукты         | 338       | Фрукты свежие (яблоко)                              | 130         | <b>23,30</b>  | 0,52             | 0,52         | 11,44         | 61,10             |
| масло          | 14        | Масло сливочное                                     | 10          | <b>9,54</b>   | 0,10             | 7,25         | 0,14          | 66,20             |
|                |           | Вода питьевая 1/500                                 | 500         | <b>24,53</b>  | 0,00             | 0,00         | 0,00          | 0,00              |
|                |           | <b>Итого завтрак</b>                                | <b>1132</b> | <b>130,36</b> | <b>12,06</b>     | <b>24,17</b> | <b>96,48</b>  | <b>548,00</b>     |
| <b>Обед</b>    |           |   |             |               |                  |              |               |                   |
| закуска        | 71        | Овощи свежие (огурец)                               | 60          | <b>11,78</b>  | 0,42             | 0,06         | 1,14          | 6,60              |
| 1-е блюдо      | 88        | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10 | 260         | <b>8,67</b>   | 2,00             | 6,19         | 10,30         | 105,00            |
| 2-е блюдо      | 294       | Котлета рубленая из птицы 100/5                     | 105         | <b>49,81</b>  | 11,70            | 9,20         | 11,70         | 176,00            |
| гарнир         |           | Каша гречневая рассыпчатая                          | 150         | <b>13,56</b>  | 5,01             | 7,25         | 52,30         | 295,00            |
| сладкое        | 348       | Компот из сухофруктов                               | 200         | <b>5,83</b>   | 0,48             | 0,10         | 33,00         | 135,80            |
| хлеб белый     |           | Хлеб пшеничный                                      | 30          | <b>2,52</b>   | 3,21             | 14,00        | 13,10         | 82,20             |
| хлеб черный    |           | Хлеб ржано-пшеничный                                | 20          | <b>1,87</b>   | 1,12             | 0,22         | 9,88          | 46,40             |
|                |           | <b>Итого обед</b>                                   | <b>825</b>  | <b>94,04</b>  | <b>23,94</b>     | <b>37,02</b> | <b>131,42</b> | <b>847,00</b>     |
|                |           | <b>Итого за день</b>                                | <b>1957</b> | <b>224,40</b> | <b>36,00</b>     | <b>61,19</b> | <b>227,90</b> | <b>1395,00</b>    |

Зав.производством(буфетчик)

Начальник лагеря