

Согласовано

Начальник лагеря

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ от 7 до 10 лет

на " 7 " 06 2023 год

по МБОУ "Железобовская СШ" школе

1/7

ЗАВТРАК

№п/п	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
403	Оладьи с повидлом	165	11,6	11,48	71,29	435,0
382	Какао с молоком	180	4,08	3,54	17,58	118,6
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
ИТОГО ЗАВТРАК:			16,08	15,42	98,67	600,60

ОБЕД

№п/п	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
71	Овощи натуральные свежие	60	0,66	0,12	2,28	13,2
98	Суп "Крестьянский" с пшеном	200	1,19	3,93	4,87	61
291	Плов из птицы	150	12,71	7,85	26,8	229
376	Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	9,99	40,0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
ИТОГО ОБЕД:			18,11	12,44	68,31	459,32
ИТОГО ЗА ДЕНЬ №7:			34,19	27,86	166,98	1059,92

ЦЕНА ЗАВТРАК + ОБЕД 189 руб. 36 коп.

Мед.работник

Е.Е.Евдокимов

ПОВАР

