

Согласовано»

Директор МБОУ СОШ с.Новоникольск

М.В.Булашова

«Утверждаю»

ИП Григорян К.А.

К.А. Григорян

Ежедневное меню приготовляемых блюд для оздоровительных пришкольных лагерей с дневным прибыванием детей в возрасте 12 лет и старше организуемых на базе функционирующих общеобразовательных учреждений.

ВТОРНИК 19.06 2024 г.

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Омлет натуральный	200	9,52	10,20	29,20	246,68
2	Горошек зеленый консервированный	20	0,30	0,25	2,15	12,05
3	Сыр	20	3,20	5,32	0,00	60,68
4	Чай с сахаром	200	0,12	0,02	13,70	55,46
5	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	0,84	19,60
6	Булочка сдобная	80	2,10	2,50	30,80	154,10
	ИТОГО	550	18,40	18,69	76,69	548,57

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат "Летний"	60	0,52	1,25	6,54	39,49
2	Свекольник	220	2,06	4,20	16,20	110,84
3	Бефстроганов	100	14,60	15,20	5,12	215,68
4	Рис отварной	180	2,86	4,01	36,80	194,70
5	Компот из свежих ягод	200	0,66	0,08	25,01	103,40
6	Хлеб пшеничный	20	3,16	0,40	0,84	19,60
7	Хлеб ржаной	20	0,85	0,33	4,83	25,90
	ИТОГО	800	24,71	25,47	95,34	709,61

ПОЛДНИК

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Булочка с новинка	80	7,70	7,70	43,50	274,10
2	Какао с молоком	200	5,90	6,10	13,90	134,10
	ИТОГО	280	13,60	13,80	57,40	408,20