Летний пришкольный лагерь «Бригантина»
Меню для детей от 10 лет до 15 лет включительно

02 июня 2022г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Химический состав					
		цена	выход	белки	жиры	углеводы	ккал
		(в граммах)					
	ЗАВТРАК						
183	Каша гречневая молочная	15,31	200,10	7,0	140,7	25,8	240
14	Масло сливочное порциями	10,80	20	0,08	7,2	0,18	66
15	Сыр порциями	5,60	10	2,76	3,48	-	43,2
376	Чай с сахаром	2,41	200,15	-	-	14,84	60,80
	Хлеб пшеничный	3,36	50	2,39	0,98	17,93	86,89
	Вафли	5,66	20	1,92	1,97	13,32	80,85
	Йогурт	28	100	5,0	1,5	3,5	51,0
	Итого:	**71,14**	**605**	**19,15**	**155,83**	**75,57**	**628,74**
	ОБЕД						
119	Суп гороховый со свининой	15,60	250,25	8,9	5,8	29,9	205
255	Печень по-строгановски	24,61	75	17,07	12,48	4,51	198,47
23	Салат из свежих помидор	13,20	60	0,60	0,12	2,28	14,40
304	Рис отварной	6,60	150	2,27	3,06	22,4	126
349	Компот из сухофруктов	8,03	200	0,64	-	33,50	140
	Хлеб	3,36	50	2,39	0,98	17,93	86,89
	Конфета	6	15	1,08	5,09	13,97	79,35
	ПОЛДНИК						
	Вафли	2,97	20	1,92	1,97	13,32	80,85
	Сок	16	200			14,94	60,80
	Итого:	**77,4**	**1045**	**32,96**	**27,53**	**152,75**	**991,76**
	Итого за день	**167,51**	**1650**	**54,03**	**185,33**	**228,32**	**1620,50**

Директор МОБУ СОШ ЛГО
с. Иннокентьевка Н.И.Лобода