Летний пришкольный лагерь «Бригантина»

Меню для детей от 10 лет до 15 лет включительно

07 июня 2022г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Химический состав					ккал
		выход	цена	белки	жиры	углеводы	
		(в граммах)					
	ЗАВТРАК						
120	Суп молочный вермишелевый	250	19,68	7,16	10,60	23,17	231,67
14	Масло сливочное порциями	20	10,80	9,20	11,60	0,36	132
15	Сыр порциями	10	5,60	2,76	3,48	-	43,2
377	Чай с лимоном с сахаром	200.10.15	5,41	0,64	-	33,50	140
	Хлеб пшеничный	50	3,36	2,39	0,98	17,93	86,89
	Йогурт	125	28	2,7	9,3	20,3	177
	Пряник	50	6,30	13,84	2,00	77,34	391,67
	Итого:	**730**	**79,15**	**38,69**	**37,96**	**172,6**	**1202,43**
	ОБЕД						
94	Рассольник с мясом	250.25	16,28	1,54	5,07	8,04	83,33
287	Ленивые голубцы	200.25	20,97	13,12	13,38	9,86	212,42
	Хлеб пшеничный	50	3,36	4,3	0,7	29,9	136
21	Огурец малосольный	80	12,80	0,48	0,08	1,60	9,60
349	Компот из сухофруктов (С-витам.)	200	6,40	0,64	-	33,50	140
	Конфета шоколадная	25	6,78	1,8	7,95	13,97	132,25
	Вода бутилированная	200	2,80				
	ПОЛДНИК						
	Сок	200	16,00			14,94	60,80
	Печенье	15	2,97	1,44	1,48	9,99	64,68
	Итого:	**1270**	**88,36**	**23,32**	**28,66**	**121,80**	**839,08**
	Итого за день	**2000**	**167,51**	**62,01**	**66,62**	**294,40**	**2041,51**

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