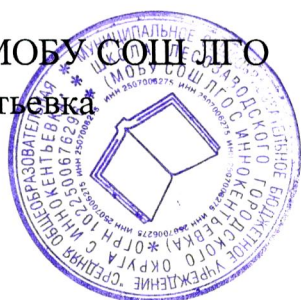


Летний пришкольный лагерь «Бригантина»
 Меню для детей от 10 лет до 15 лет включительно

1 июня 2023г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Химический состав | | | | | ккал |
|-------------|----------------------------------|-------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | | цена | выход | белки | жиры | углеводы | |
| | | (в граммах) | | | | | |
| | ЗАВТРАК | | | | | | |
| 210 | Омлет | 18,21 | 110 | 10,64 | 18,42 | 1,80 | 219,9 |
| 14 | Масло сливочное порциями | 10,80 | 20 | 9,20 | 11,60 | 0,36 | 132 |
| 15 | Сыр порциями | 5,60 | 10 | 2,76 | 3,48 | - | 43,2 |
| 383 | Какао со сгущенным молоком | 13,20 | 200 | 0,64 | - | 33,50 | 140 |
| | Хлеб пшеничный | 3,36 | 50 | 2,39 | 0,98 | 17,93 | 86,89 |
| | Печенье | 2,28 | 15 | 1,02 | 2,20 | 6,78 | 62,40 |
| | Итого: | 53,45 | 405 | 26,65 | 36,68 | 60,37 | 684,39 |
| | ОБЕД | | | | | | |
| 111 | Суп вермишелевый со свиной | 16,09 | 250.25 | 2,56 | 1,94 | 6,44 | 103 |
| 291 | Плов из птицы | 16,29 | 150.25 | 13,87 | 12,73 | 54,66 | 399,51 |
| 360 | Кисель из концентрата (С-витам.) | 8,83 | 200 | 1,36 | - | 0,51 | 2,88 |
| | Хлеб пшеничный | 3,36 | 50 | 2,39 | 0,98 | 17,93 | 86,89 |
| 18 | Салат из свежих огурцов | 16 | 80 | 0,72 | 10,08 | 3,0 | 103,60 |
| | Апельсин | 34,52 | 165 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 80 |
| | ПОЛДНИК | | | | | | |
| | Шоколад | 18,97 | 25 | 1,8 | 7,95 | 13,97 | 132,25 |
| | Итого: | 114,06 | 960 | 24,50 | 34,08 | 112,71 | 908,13 |
| | Итого за день | 167,51 | 1375 | 51,15 | 70,76 | 173,08 | 1592,52 |

Директор МОБУ СОШ ЛГО
 с. Иннокентьевка



Л.И. Лобода

Н.И. Лобода