

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

09 июня 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Химический состав					ккал
		выход	цена	белки	жиры	углеводы	
( в граммах )							
<b>ЗАВТРАК</b>							
106	Суп рисовый с рыбными консервами	250.25	16,74	6,84	10,37	24,27	228,46
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
380	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200.15	7,72	2,79	3,19	19,71	118,69
	Хлеб пшеничный	50	3,36	2,39	0,98	17,93	86,89
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>44,22</b>	<b>23,98</b>	<b>29,62</b>	<b>62,27</b>	<b>609,24</b>
<b>ОБЕД</b>							
81	Борщ со свининой и сметаной	250.25.10	21,31	2,0	5,3	12	104
278	Тефтели в соусе	60.50	20,21	9,84	5,36	7,12	113,90
203	Макароны отварные с маслом	150	6,30	75,14	9,33	19,27	352,49
	Хлеб пшеничный	50	3,36	2,39	0,98	17,93	86,89
	Сок	200	14,20	1,0	-	27,4	112
	Яблоко	150	27,94	1,0	1,0	20,5	102
45	Салат из белокочанной капусты	100	11,00	1,32	8,06	8,5	116,3
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Шоколад	25	18,97	1,8	7,95	13,97	132,25
	<b>ИТОГО</b>	<b>1070</b>	<b>123,29</b>	<b>94,49</b>	<b>38,01</b>	<b>126,69</b>	<b>1119,83</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1650</b>	<b>167,51</b>	<b>118,47</b>	<b>67,63</b>	<b>188,96</b>	<b>1729,07</b>

Директор МОБУ СОШ №10  
 с. Иннокентьевка



*Н.И. Лобода* Н.И. Лобода