

Летний пришкольный лагерь «Бригантина»
 Меню для детей от 6,5 лет до 10 лет включительно

14 июня 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Химический состав					ккал
		выход	цена	белки	жиры	углевод ы	
		(в граммах)					
	ЗАВТРАК						
210	Омлет	110.5	14,08	10,64	18,42	1,80	219,90
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
376	Чай с сахаром и лимоном	200.15.10	2,45	0,64	-	33,50	140
	Хлеб пшеничный	50	3,36	2,39	0,98	17,93	86,89
	Сырок глазированный	40	17	3,2	9,88	14,2	158,52
	Итого:	460	53,29	28,83	44,36	67,79	780,51
	ОБЕД						
104	Суп с фрикадельками	250.35	19,77	8,93	6,38	22,63	129,38
302	Гречка отварная	150	5,76	8,1	6,3	38,7	243
278	Тефтели с соусом	60.50	22,03	9,84	5,36	7,12	113,90
	Сок	200	14,20	0,64	-	33,50	140
	Хлеб	50	3,36	2,39	0,98	17,93	86,89
	Помидор свежий	100	22	1,1	0,2	3,8	23
	Конфета шоколадная	25	8,13	1,8	7,95	13,97	132,25
	Вода бутилированная	200					
	Итого:	1120	95,25	32,8	27,17	137,65	770,04
	Итого за день	1580	148,54	61,63	71,53	205,44	1557,55

Директор МОБУ СОШ ЛГО
 с. Иннокентьевка



Н.И. Лобода

Н.И.Лобода