

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

20 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



Н.И.Лобода