

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МБОУ "ГНШ № 2"

Г.Г. Салтыкова



М Е Н Ю

горячего питания в пришкольном лагере

" 3 " 06 2025 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	100/50	7,22	10,00	73,30	420,02	446
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	150	0,60	0,45	15,45	70,50	338
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	14,73	102,30	382
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,44	0,20	16,06	75,78	ПР
Итого за прием пищи:	540	14,01	13,66	119,54	668,60	
Обед						
САЛАТ ИЗ Б/К КАПУСТЫ	70	1,23	3,58	6,60	64,20	45
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	20,35	22,59	15,44	346,93	62
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90/40	11,96	13,37	10,07	208,76	286
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,62	3,95	20,92	134,22	311
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,31	0,08	27,35	113,06	342.2
СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389
КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ	1 шт.	3,20	8,40	15,00	148,39	ПР
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,89	0,26	12,72	61,19	ПР
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,44	0,20	16,06	75,78	ПР
Итого за прием пищи:	1070	46,97	52,62	143,75	1 235,95	
Всего за день:		60,98	66,28	263,29	1 904,55	6

Стоимость питания - 528,30 руб/день

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!