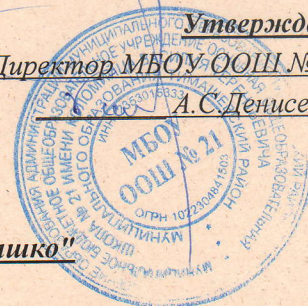




Утверждаю:
Директор МБОУ-ООШ № 21

А.С.Денисенко



Меню
Лагерь дневного пребывания "Солнышко"
Дети с 7 до 11 лет

Четверг первая неделя
На 01 июня 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
150	Сырники из творога (с джемом или повидлом)	18,71	11,16	29,82	294	52,84
200	Кофейный напиток на сгущенном молоке	2,9	2	20,9	113	7,64
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	1,94
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,72
100	Плоды или ягоды свежие (абрикосы)	0,9	0,1	9	44	16,00
500	Итого за прием пищи:	26,11	13,74	81,16	557	80,14

Обед

60	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	0,48	6,06	1,26	61	6,08
200	Борщ со свежей капустой и картофелем	1,45	3,93	10,19	82	4,87
100	Котлеты, рубленые из бройлер-цыплят (соус томатный)	9,77	12,05	9,56	186	23,00
150	Макароны отварные с овощами	3	7,8	23,03	174	8,39
200	Компот из плодов и ягод(зам)	0,15	0,15	12,65	53	4,10
30	Хлеб пшеничный	2,28	0,24	14,76	71	1,94
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,72
70	Мороженое фруктовое	0,56	1,76	16,1	84	20,20
830	Итого за прием пищи:	19,01	32,23	94,23	746	70,80
1330	Всего за день:	45,12	45,97	175,39	1303	150,94

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Заведующая

Г.В.Эжбаева

Медицинский работник