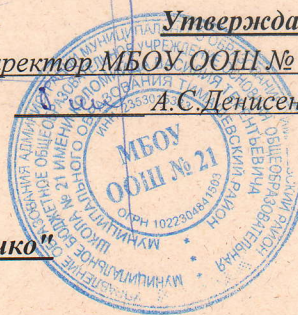




Утверждаю:
Директор МБОУ ООШ № 21
А.С. Денисенко



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

Понедельник вторая неделя
На 05 июня 2023 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
250	Каша "Дружба"	6,2	8,7	29,9	223	15,25
200	Кофейный напиток с молоком	3,17	2,68	15,95	101	9,55
50	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	118	3,24
20	Хлеб ржаной	1,32	0,24	6,68	35	1,72
100	Плоды или ягоды свежие (бананы)	1,5	0,5	21	96	11,10
620	Итого за прием пищи:	15,99	12,52	98,13	573	40,86

Обед

60	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,57	3,64	1,83	42	7,03
200	Борщ сибирский	2,82	2,58	11,75	82	6,87
100	Гуляш из говядины	14,55	16,79	2,89	221	60,65
150	Каша пшеничная вязкая	4,09	4,04	21,48	139	5,20
200	Компот из плодов и ягод	0,15	0,15	12,65	53	4,10
50	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	118	3,24
32	Хлеб ржаной	2,11	0,38	10,69	56	2,75
100	Плоды или ягоды свежие (яблоки)	0,4	0,4	10	47	7,43
892	Итого за прием пищи:	28,49	28,38	95,89	758	97,27
1512	Всего за день:	44,48	40,9	194,02	1331	138,13

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Заведующая Г.В. Эжбаева

Медицинский работник _____