

Согласовано
Начальник лагеря



Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.



ЛАГЕРЬ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ

ТБОУ ООШ с. Запавное

МЕНЮ

03 ИЮНЯ 2022 ГОД (третий день)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг. цен Ккал
ЗАВТРАК			
188	Запеканка рисовая с творогом	150	211
Пром.	Хлеб пшеничный	30	58,7
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81
532	Десерт фруктовый (Банан)	115,2	124,3
	Итого	495,2	475
ОБЕД			
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	665,7
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	238,9
54-3р-2020	Котлета рыбная (Минтай)	50	115,9
54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	96,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71
	Итого	720	1275,13

Стоимость всего меню в день 142 рубля

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
71,53	50,06	253,4	374,32	449,11	929,11	14,8					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
912	1,11	0,6					47,14				24,44