

СОГЛАСОВАНО:

(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)



Меню

школа г. Лебедяни на 30.10.2023г.

комплекс двухразового питания стоимостью 160 рублей для детей, посещающих осенние оздоровительные лагеря с дневным пребыванием

завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Эн.цен,ккал.
			7 лет и старше	7 лет и старше	7 лет и старше	7 лет и старше
1	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	18/5/10	1,20	3,10	21,00	118,00
2	Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	200/5	5,99	9,51	35,52	248,00
3	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,50	0,46	12,25	65,00
4	Кондитерское изделие промышленного производства	1 шт.	4,50	4,30	12,50	90,00
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00
всего:			14,49	17,36	96,47	581,00

обед

№ п/п	Наименование продукта	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Эн.цен,ккал.
			7 лет и старше	7 лет и старше	7 лет и старше	7 лет и старше
1	Салат из свежей капусты с морковью	100	1,40	5,10	8,90	88,00
2	Суп картофельный с рисом	250/1	2,50	3,00	18,30	113,00
3	Мясо тушёное	45/45	12,24	4,72	3,12	105,60
4	Макароны отварные	175	6,13	7,18	41,13	257,25
5	Напиток ягодный	200	1,00	0,00	24,90	97,00
6	Хлеб ржано-пшеничный	32,5	2,50	0,46	12,25	65,00
6	Батон нарезной витаминизированный	18	1,35	0,52	9,25	47,40
7	Фрукт свежий	не менее 200	2,20	0,01	29,40	124,00
всего:			29,32	20,98	147,25	897,25
Итого:			43,81	38,34	243,72	1478,25

технолог:

/Никитина А.А.