МБОУ Гимназия Перспектива

УТВЕРЖДАЮ Стародубова Т.В.

МЕНЮ

01.06.2024 суббота

Столовая Летний лагерь

Категория: Дети 7-11 (СанПиН 20)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)	№ рец
Завтрак	**711**	**23,87**	**31,98**	**82,62**	**14,51**		**51,80**	
Каша молочная пшенная	273	7,07	10,82	37,10	0,55	200/5	15,30	108
Колбаса полукопченая (порциями)	190	10,50	16,50			30	5,40	364
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200	11,40	269
Батон Горчичный	53	2,17	0,37	10,21		30	3,50	0002
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	41	0,36	0,36	9,36	12,96	100	16,20	89
Обед	**674**	**36,66**	**29,50**	**65,27**	**15,47**		**75,10**	
помидоры свежие порционно	12	0,62	0,11	2,08	6,00	60	12,30	
Суп из овощей с мясом кур, зелень	171	5,96	11,59	10,61	8,52	250/10/2	11,50	44
поджарка из филе птицы	215	22,33	13,06	1,76	0,95	80/30	35,20	
Макаронные изделия отварные с маслом	222	7,75	4,74	37,20		210	12,30	205
Компот из смеси сухофруктов	54			13,62		200	3,80	283
Полдник	**208**	**2,02**	**7,77**	**32,54**	**1,60**		**58,80**	
Шоколад	123	1,27	7,77	11,97		20	35,00	Ш5
Сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200	23,80	399
Хлеб за день	**90**	**3,99**	**0,70**	**16,84**			**3,20**	
Хлеб пшеничный	90	3,99	0,70	16,84		50	3,20	0001
Соль,специи за день							**0,10**	
Соль						8	0,10	268
Итого за день:	**1 683**	**66,55**	**69,95**	**197,26**	**31,58**	1663	**189,00**	

Составитель шеф-повар Шаталова Л.С.

(должность) (подпись) (ФИО)

(должность) (подпись) (ФИО)

(должность) (подпись) (ФИО)