



Утверждаю

Директор МКОУ "Товарковская СОШ 1"

Е.А. Абрамова

2024 г.

МЕНЮ

Оздоровительного лагеря с дневным пребыванием
детей на базе МКОУ "Товарковская СОШ 1"

на 03.06.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
завтрак	Каша жидкая молочная с маслом (пшеничная)	150/10	4,02	6,60	53,60	235,71	390
	Бутерброд с сыром	25/30	8,84	9,58	12,73	175,45	3
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,00	943
	Печенье	100	7,50	11,80	57,90	300,80	
Итого за завтрак:		515	20,56	27,98	138,23	767,96	
обед	Овощи свежие	60	0,42	0,09	2,16	10,50	
	Суп картофельный с бобовыми и птицей отварной	250/25	10,77	8,68	16,33	186,31	206/637
	Плов (с мясом)	200	15,07	20,27	43,00	418,67	601
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00	
	Хлеб ржаной	30	1,96	0,30	12,30	63,00	
	Шоколад молочный "Аленка"	90	6,30	28,80	50,40	486,00	
	Фрукты свежие	150	1,20	0,52	20,14	81,00	
Итого за обед:		1005	36,72	58,66	164,53	1337,48	
Итого за день:		1520	57,28	86,64	302,76	2105,44	

Шеф-повар Гаф Гаршинова Т.П.