



Утверждаю
 Директор МКОУ "Товарковская СОШ 1"
 Е.А. Абрамова

2024г.

МЕНЮ

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

на 05.06.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/25	14,53	9,70	29,33	256,50	469
	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
	Фрукты свежие	200	1,60	0,69	26,85	108,00	
Итого за завтрак:		580	25,17	19,97	82,91	595,95	
обед	Овощи свежие	60	0,42	0,09	2,16	10,50	
	Щи из свежей капусты с картофелем, птицей отварной и сметаной	250/25/10	7,29	9,79	8,85	152,31	187/637
	Гуляш	50/50	14,80	20,78	4,60	259,40	591
	Каша рассыпчатая (гречневая)	100	4,97	3,74	23,89	153,63	679
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00	
	Хлеб ржаной	30	1,96	0,30	12,30	63,00	
	Вафли	40	3,20	2,08	21,72	120,00	
	Конфеты	35	2,52	9,10	19,08	168,35	
Итого за обед:		850	36,16	45,88	112,80	1019,19	
Итого за день:		1430	61,33	65,85	195,71	1615,14	

Шеф-повар Гафар Фарлеев娜 Т.Т.