



Утверждаю
 Директор МКОУ "Товарковская СОШ 1"

Е.А. Абрамова

"25" июня 2024 г.

МЕНЮ

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

на 25.06.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
завтрак	Оладьи со сгущенным молоком	100/25	8,82	4,31	50,99	278,00	1046
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	424
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,00	943
	Бутерброд с сыром	25/30	8,84	9,58	12,73	175,45	3
	Йогурт	110	3,96	3,19	12,98	96,80	
Итого за завтрак:		530	26,92	21,68	91,00	669,25	
обед	Овощи свежие	60	0,42	0,09	2,16	10,50	
	Борщ с капустой и картофелем, птицей отварной и сметаной	250/25/10	7,35	9,81	12,88	170,06	170/637
	Биштекс рубленый	53	11,87	9,00	10,70	181,52	604
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	694
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	92,00	
	Хлеб ржаной	30	1,96	0,30	12,30	63,00	
	Зефир	95	0,76	0,09	75,81	288,80	
	Конфеты	28	2,02	7,28	15,27	134,68	
Фрукты свежие	200	1,60	0,69	26,85	108,00		
Итого за обед:		1101	30,04	32,06	196,62	1185,81	
Итого за день:		1631	56,96	53,74	287,62	1855,06	

Шеф-повар Гаф Гареемова Т.П.