Утверждаю

Директор школы Е.М. Селезнева

**МЕНЮ 06.06.2022**

Завтраки и обеды

лагерь дневного пребывания

|  |
| --- |
| **Завтрак**  |
| **№ рецептуры** | **Наименование блюда** | **Масса** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| 336 | Капуста тушеная | 200 | 4,14 | 6,48 | 18,86 | 150,2 |
| 40/8 | Сосиски отварные | 80 | 13,76 | 12,48 | 0,16 | 167,2 |
|   | Хлеб пшеничный | 60 | 1,28 | 3,68 | 25,12 | 128,66 |
| 686-Л | Чай сладкий с лимоном | 200 | 0,3 | 0 | 15,2 | 58,2 |
|  | Фрукты  | 130 | 0,4 | 0 | 11,2 | 43,6 |
|  | Конфеты желейные | 40 | 15,8 | 0,8 | 21,6 | 227,6 |
| **Итого** |  | **505** | **36,34** | **51,16** | **44,48** | **769,06** |
| **Обед** |
| 245 | Кукуруза  | 100 | 2,6 | 1,8 | 47 | 45 |
| 66 | Суп гороховый с картофелем | 200 | 4,16 | 1,84 | 10,4 | 178 |
| 100 | Мясо отварное тушёное с картофелем по-домашнему | 200 | 16,52 | 14,98 | 17,38 | 280,14 |
|   | Хлеб ржаной | 50 | 2,5 | 0,7 | 22,4 | 100,3 |
| 122 | Кисель  | 200 | 0 | 0 | 19,6 | 80 |
|   | Фрукты  | 200 | 2,1 | 0 | 24 | 98,4 |
|  | Вафли | 40 | 3 | 1 | 22,4 | 100,3 |
| **ИТОГО**  |  | **1090** | **40,8** | **21,36** | **97,46** | **907,55** |
| **Всего за день** |  | **1595** | **77,14** | **72,52** | **141,94** | **1676,61** |