



УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря дневного пребывания  
МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево



Шарифуллина Л.А.



## Меню на 15 июня 2022 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>ОБЕД</b>						
13	Салат из свежих помидоров	60	0,52	2,7	2,7	38,25
ДО7ДО19	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	6	3,47	23,6	152
106*	Тефтели из говядины с рисом	60/40	7,3	10,4	8,5	157,6
212	Макаронные изделия отварные	180/5	6,6	4,7	39,4	230
311	Кисель витаминизированный из концентрата	200	0	0	3,9	16
0	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17
0	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,20
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
	Итого за прием	1055	26,063	22,68	117,345	754,2175
<b>УЖИН</b>						
191	Каша манная молочная	180/5	5,4	7,2	26,8	194
4	Бутерброд с повидлом	30/10/40	2,5	8,4	39,8	241
289	Какао с молоком	200	3,6	3,1	13,6	94
0	Фрукты свежие (Яблоко)	100	2,52	0,52	12,74	71
	Итого за прием	565	14,02	19,22	92,94	600

Шеф-повар  Мансурова Г.Р.