



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

*Шарифуллина Л.А.*  
 Шарифуллина Л.А.



## Меню на 14 июня 2022 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>ОБЕД</b>						
14	Салат из свежих огурцов	60	0,45	2,7	1,8	33
ДО7ДГ19	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,73	10,67	25,33	244
МО7КБКК	Биточки (Котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
177	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,3	4,7	44,1	240
0	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
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	<b>1045</b>	<b>25,203</b>	<b>30,68</b>	<b>140,825</b>	<b>940,3675</b>
<b>УЖИН</b>						
194	Каша пшенная молочная жидкая	180/5	6,5	8	30,7	221
3	Бутерброд с сыром	30/10	5	3	14,5	107
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0	9,3	37
0	Фрукты свежие (Банан)	150	2,5	1,5	12,74	136,5
	Итого за прием	<b>535</b>	<b>14,1</b>	<b>12,5</b>	<b>67,2</b>	<b>501,5</b>

Шеф-повар *Мансурова Г.Р.* Мансурова Г.Р.