



УТВЕРЖДАЮ

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

Шарифуллина Л.А.



Меню на 14 июня 2022 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
ОБЕД						
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 (бутылированная вода)	200	0	0	0	0
	Итого за прием	1045	25,203	30,68	140,825	940,3675
УЖИН						
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	535	14,1	12,5	67,2	501,5

Шеф-повар *Мансурова Г.Р.*