



УТВЕРЖДАЮ

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



Шарифуллина Л.А.



Меню на 13 июня 2022 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК						
196	Каша молочная "Дружба"	180/5	5,6	7,6	29,5	209
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
4	Бутерброд с повидлом	30/10/40	2,5	8,4	39,8	241
	Итого за прием	465	8,2	16	78,4	485
ОБЕД						
41	Салат "Студенческий"	60	2,17	6,3	4,95	85,5
53	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	1,7	5,6	8,4	91
95	Гуляш	60/50	17,3	18,1	3,2	245
173	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,4	6,8	45,4	288
306	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76
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	1205	37,213	38,21	121,195	945,8675

Шеф-повар  Мансурова Г.Р.