



тверждаю

начальник ЛПП КТО

Исламова А.И.

Меню на 05 июня 2023г.

Завтрак и обед для обучающихся в лагере дневного пребывания

(возрастная категория от 7 до 10 лет)

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
182	Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	180/5	7,2	9,1	31,5	238
284	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61
1	Бутерброд с маслом	30/10	2,4	8,6	14,6	146
	Фрукты свежие (груша)	120	0,4	0	10,7	63
итого за завтрак		545	11,4	19,1	68	508
обед						
8,2	Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7
ДО7ДГ19	Рассольник ленинградский	200	1,73	10,67	25,33	244
МО7КБКК	Биточки(котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
173	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,4	6,8	45,4	288
295	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68
420,06	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,2
421,11	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17
	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
итого за обед		1005	30,48	30,04	138,47	938,37
итого за день		1550	41,88	49,14	206,47	1446,37

Завтрак и обед для обучающихся в лагере труда и отдыха

(возрастная категория от 11 и старше)

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
182	Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	250/7	10	12,7	43,7	330
284	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61
1	Бутерброд с маслом	50/20	4,1	17	24,3	269
итого за завтрак		775	15,5	31,1	79,2	660
обед						
8,2	Огурцы свежие	70	0,49	0,07	1,33	8
54	Рассольник ленинградский	300/12	2,6	6,2	18,5	142
МО7КБКК	Биточки(котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
173	Каша гречневая рассыпчатая	250/7	14,4	9,4	63	401
295	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68
420,06	Хлеб пшеничный	50	3,96	1,2	33,4	119
421,11	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	16,7	86,89
	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
итого за обед		1219	36,54	28,5	158,95	987,89
итого за день		1994	52,04	59,6	238,15	1647,89

Шеф-повар  Шархмуллина И.А.