


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ с. Давлестово
 И.И. Салихов

Меню школьного лагеря

8 день							
		масса		Пищевы	ства	Энер гети	с
N.°	Прием пищи, наименование	порци	белки,г	Жиры,г	Углевод		
рецептур	ЗАВТРАК 9.15						
99	бутерброд с сыром	40	0,2	33,0	0,3	299	46,56
402	каша ячневая вязкая	155	6	10	26,7	220,5	25
15	коф напиток	200	2,2	1,6	26	126,4	10
	булочка школьная	60	2,7	0,4	17,0	81,6	3
	ОБЕД 12.15						
	огурец	70	7,4	7,4	15,1	157	18
189	щи из свеж капусты	200	0,6	0,1	31,7	131	6
	плов из птицы	200	2,7	0,4	17,0	81,6	3
382	компот из смеси сухофрук	200	2,7	0,4	17,0	82	3
	хлеб пшен	40	1,4	0	19	86,4	32,4
	Итого за день:	1150	39,5	49,2	162,9	1245,1	26,84