

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ с. Давлетово

И.И. Салихов

Меню школьного лагеря

5 день

N.° рецепту	Прием пищи, наименование	масса порци	Пищевые вещества			Энерге тическ	с
			белки,г	Жиры,г	Углевод		
	ЗАВТРАК 9.15						
	бутерброд с сыром	30	3,6	2,8	10,0	80	14
	каша ячневая вязкая	150	5,1	6,0	25,1	175	17,370
	коф напиток	200	3,1	2,4	26,6	142,2	16
	булочка молочная	60	5,8	1,2	33,7	168,5	5
	ОБЕД 12.15						
	щи из свеж капусты с картоф	200	1,4	3,4	7	63,7	13
	рыба филе	50	12,6	4,0	0,3	87	40,69 0
	картоф пюре	105	2	12	14,7	175,2	24,71
	чай с сахаром	200	0,2	0,0	8,0	33,1	2
	хлеб ржан	40	3,0	0,2	19,5	92	3,40