



**МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

на 13.06 2024 г.

МБОУ г.Астрахани СОШ № 32.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>ЗАВТРАК</b>							
223	Запеканка из творога	150	16,71	11,39	52,67	380,62	
337	Соус яблочный	30	0,03	0,03	5,11	20,79	
428	Булочка школьная	100	8,35	3,20	44,85	241,67	
376	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	
338	Фрукты или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>25,55</b>	<b>15,04</b>	<b>126,39</b>	<b>745,9</b>	
<b>ОБЕД</b>							
71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7,2	
98	Суп крестьянский с пшенной крупой (вегетарианский)	200	1,18	3,94	4,88	61	
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,45	195,72	
261/262	Печень тушенная (в соусе)	90	11,39	7,88	3,43	143,1	
Н	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	
342	Компот из свежих/замороженных плодов или ягод	200	0,44	0,16	28,20	116,6	
	<b>Итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>24,29</b>	<b>18,67</b>	<b>69,90</b>	<b>709,1</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
410	Ватрушки с повидлом (из дрожжевого теста)	100	12,81	7,61	40,53	280,56	
389	Соки натуральные фруктовые и ягодные	200	20,00	2,00	58,00	330	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>32,81</b>	<b>9,61</b>	<b>98,53</b>	<b>610,56</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1660</b>	<b>82,65</b>	<b>43,32</b>	<b>294,82</b>	<b>2065,56</b>	<b>216,00</b>

Начальник лагеря  
Повар  
Мед. работник  
ИП



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Болквдзе Л.Ф.