

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор СОШ № 32



МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ

на 25.06 2024 г.

МБОУ г.Астрахани СОШ № 32.

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цен
			белки	жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	<b>ЗАВТРАК</b>						
173 (3)	Каша вязкая молочная из пшениной крупы (с маслом и сахаром)	230	9,04	11,57	56,76	368	
15	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72	
Н	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,9	
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>21,71</b>	<b>21,51</b>	<b>75,39</b>	<b>675,5</b>	
	<b>ОБЕД</b>						
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,76	35,76	
102	Суп картофельный с фасолью (вегетарианский)	200	4,40	4,22	13,22	118,6	
291	Плов из птицы	200	16,94	10,46	35,74	305,34	
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>740</b>	<b>27,97</b>	<b>17,63</b>	<b>82,72</b>	<b>761,78</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>						
338	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	
406	Пирожки печеные из дрожжевого теста (с капустой)	100	12,17	5,09	36,00	238,67	
377	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>400</b>	<b>12,69</b>	<b>5,51</b>	<b>59,50</b>	<b>341,53</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1640</b>	<b>62,37</b>	<b>44,65</b>	<b>217,61</b>	<b>1778,81</b>	<b>216,00</b>

Начальник лагеря  
Повар  
Мед. работник  
ИП



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Болквядзе Л.Ф.