

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор СОШ № 32



МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ  
на 28.06 2024 г.  
МБОУ г.Астрахани СОШ № 32.

№ реп	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>							
291 (1)	Плов из птицы	230	19,48	12,03	41,10	351,14	
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	
Н	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
376	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>23,36</b>	<b>12,57</b>	<b>58,18</b>	<b>513,68</b>	
<b>ОБЕД</b>							
71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7,2	
82	Борщ с капустой и картофелем (вегетарианский)	200	1,44	3,94	8,74	113	
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,45	195,72	
290	Курица тушенная в соусе	90	10,60	9,11	2,64	155	
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>23,76</b>	<b>19,90</b>	<b>72,97</b>	<b>773</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
406	Пирожки печеные из дрожжевого теста (с картофелем)	100	12,17	5,09	36,00	238,67	
389	Соки натуральные фруктовые и ягодные	200	20,00	2,00	58,00	330	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>32,17</b>	<b>7,09</b>	<b>94,00</b>	<b>568,67</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1610</b>	<b>79,29</b>	<b>39,56</b>	<b>225,15</b>	<b>1855,35</b>	<b>216,00</b>

Начальник лагеря  
Повар  
Мед. работник  
ИП



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Болквядзе Л.Ф.