


МЕНЮ

Согласовано:

начальник лагеря  М. А. Халилова

медсестра  М. А. Жукова

Утверждено

МОУ «СОШ №35 «Деревский»

Директор  Нижикова



Дата 14.06.2021 г.

| Прием пищи      | № реп | Наименование блюда  | Выход (г) | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------|-------|---|-----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак<br>8.45 | 218   | Вареники картофельные с мясом и сахаром (крестьянское меню - 42,5%) | 150/8/10  | 306,90       | 21,50 | 15,50 | 20,10    |
|                 | 378   | Чай с сахаром   | 200       | 81,00        | 1,52  | 1,35  | 15,90    |
| Обед<br>13.15   | 82    | Вареное картофельное пюре с мясом                                   | 200       | 83,00        | 1,44  | 3,94  | 8,75     |
|                 | 285   | Хлеб из пшеницы   | 30/270    | 515,20       | 26,38 | 27,00 | 41,63    |
|                 | 342   | Каша из овсяных хлопьев (овсяная)                                   | 200       | 76,00        | 0,16  | -     | 29,00    |
|                 |       | Хлеб пшеничный  | 40        | 154,08       | 4,63  | 0,46  | 32,68    |
|                 |       | Хлеб ржаной   | 40        | 72,00        | 2,64  | 0,42  | 14,12    |