

Согласовано:  
Начальник лагеря  
Слышкина Л.А.



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
Е.В.Паластрова  
(Е.В.Паластрова)

## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Раздорская СШ»

На 14.06.2024 г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Угл.	
<b>Меню для организации питания воспитанников оздоровительного лагеря из расчета 161- 11 руб. в день на одного воспитанника</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
175	Каша из пшена и риса молочная	200	3,3	8,6	23,2	183
Сн 1	Батон нарезной	30	2,37	0,6	14,49	70,14
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40
338	Яблоки свежие	100	0,8	0,8	19,6	94
	Итого:	545	7	10	66,76	387,14
<b>ОБЕД</b>						
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,5	148
297	Фрикадельки из филе птицы ПФ	100	14,32	19,86	8,1	268
203	Макаронные изделия отварные	180	6,88	7,29	38,38	247
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,6	47,26	196
ТТК	Хлеб пшеничный	60	4,74	1,2	28,98	140,28
	Итого:	790	32,59	34,22	139,22	999,28
	<b>Итого за день:</b>	<b>1335</b>	<b>39,59</b>	<b>44,22</b>	<b>205,98</b>	<b>1386,42</b>