

Согласовано:  
Начальник лагеря  
Слышкина Л.А.



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
Е.В.Паластрова

(Е.В.Паластрова)

## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Раздорская СШ»

На 19.06.2024

№ 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>						
ттк	Блинчики со сгущенным молоком	100/20	6,5	3,71	40,47	221
Сн 1	Батон нарезной	30	2,37	0,6	14,49	70,14
376	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0	0	9,87	40
	<b>Итого:</b>	<b>372</b>	<b>8,87</b>	<b>4,31</b>	<b>64,83</b>	<b>332,74</b>
<b>ОБЕД</b>						
71	Овощи свежие (огурцы)	30	0,35	0,05	0,95	6
82	Борщ из свежей капусты и картофеля	250	1,8	4,92	10,93	104
291	Плов из мяса птицы (филе ПФ)	200	18	9	36,45	299
ТТК	Хлеб пшеничный	60	4,74	1,2	28,98	140,28
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,6	47,26	196
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>26,05</b>	<b>15,77</b>	<b>124,57</b>	<b>745,28</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1112</b>	<b>34,92</b>	<b>20,08</b>	<b>189,40</b>	<b>1078,02</b>