

Согласовано:  
Начальник лагеря  
Слышкина Л.А.



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

## Меню рационов питания учащихся МКОУ «Раздорская СШ»

На 07.06.2024

№ 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>						
173	Каша вязкая гречневая на молоке с маслом	210	6,25	8,91	27,92	217
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:	555	9,95	10,31	71,48	421,14
<b>ОБЕД</b>						
71	Овощи свежие (помидоры)	30	0,35	0,05	0,95	6
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,5	148
295	Биточки рубленые из филе птицы (ПФ)	100	15,3	29,4	15,46	388
203	Макаронные изделия отварные	180	6,88	7,29	38,38	247
707	Сок плодово-ягодный	200	1	0,4	20,2	88
ТТК	Хлеб пшеничный	60	4,74	1,2	28,98	140,28
	Итого:	820	33,76	43,61	120,47	1017,28
	<b>Итого за день:</b>	<b>1375</b>	<b>43,71</b>	<b>53,92</b>	<b>191,95</b>	<b>1438,42</b>