


УТВЕРЖДАЮ
 С.М. Вепрева

Директор школы



МЕНЮ
основного (организованного) питания
Летняя оздоровительная компания (профильный)
19.07.2021

Приём пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена (руб)	№ рецептуры
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Огурцы соленые (консервированные)	30	0,24	0,03	0,51	3,90		16.3
Плов (свинина)	200	14,89	36,77	34,30	528,29		193.1
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50		401
Чай с лимоном	200	0,16	0,04	15,20	62,23		294
Итого за приём пищи:		17,57	37,08	64,77	664,92		
Обед							
Огурцы порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00		16.1
Суп картофельный с морской капустой	250	2,28	2,41	11,48	76,80		71.1
Котлеты рубленые из птицы	100	15,69	17,35	9,39	255,61		209
Макаронные изделия отварные	200	7,53	8,31	48,01	297,16		227
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50		401
Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,88	46,40		403
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	26,12	109,60		283
Итого за приём пищи:		30,15	28,63	121,54	867,07		
Всего за день:		47,72	65,71	186,31	1 531,99	286,03	