

Школа	Апухтинская ООШ им. Е. Ф. Бобылёвой народного учителя СССР"	Утвердил: должность	Директор	Масленникова Е. А.
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд		фамилия		
Возрастная категория	Лагерь	дата	4	6
			день	месяц
				2024
				год



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры
1	2	Завтрак	гор. блюдо	Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,4	24,6	192,7	54-22к2020
			гор. напиток	Какао с молоком	220	5,2	3,9	13,7	110,5	54-21г2020
			хлеб	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5	пром
			фрукты	мандарин	130	0,8	0,2	7,5	35	пром
			<i>итого</i>		580	15,1	12,4	61,2	416,7	
1	2	Обед	закуска	винегрет	100	1,2	8,9	6,7	111,9	54-16з-2020
			1 блюдо	суп картофельный с клецками	250	4,6	3,3	11,4	93,6	54-6с-2020
			2 блюдо	капуста тушеная с мясом	240	26,4	26,4	16	407,3	54-10м-2020
			гарнир							
			напиток	компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9	54-2хн-2020
			хлеб бел.	батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5	пром
			хлеб черн.	хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	пром
			<i>итого</i>		850	37,5	40	77	816,9	
	2	Полдник		печенье	30	2,3	2,9	22,3	124,7	пром
			сок фруктовый	200	0,6	0,2	23,6	98,6	пром	
			апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	пром	
			батончик шок	50	8	23	61	490	пром	
		<i>итого</i>			380	11,8	26,3	115	751,1	
1	2	Итого за день:			1810	64,4	78,7	253,2	1984,7	