

Школа Апухтинская ООШ им. Е. Ф. Бобилевон народного учителя СССР
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория Лагерь

Утвердил: должность
 фамилия
 дата

Директор Масленникова Е. А.

5 6 2024
 день месяц год



1	3	Завтрак	гор.блюдо		90	28,9	2,2	1	139,3	54-21м-2020
			гор.блюдо	Курица отварная						
			гарнир	Рис с овощами	150	3,2	5,7	26	167,8	54-26г-2020
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн-2020
			хлеб	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5	пром
			фрукты							
			закуска	Салат из свеклы отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,9	54-13з-2020к
			<i>итого</i>		550	35,7	12,4	54,9	473,3	
1	3	Обед	закуска	помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з-2020
			1 блюдо	суп крестьянский с крупой	250	5,1	5,8	10,8	115,6	54-10с-2020
			2 блюдо	рыба, запеченная в сметанном соусе	100	19	22	5,5	295,6	54-9р-2020
			гарнир	картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	54-11г-2020
			напиток	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020
			хлеб бел.	батон нарезной	30	2	0,4	11,9	58,9	пром
			хлеб черн.	хлеб ржано-пшеничный	30	2,3	0,9	15,4	78,5	пром
				<i>итого</i>		820	32,7	34,5	85,5	781,8
		Полдник		апельсин	130	1,2	0,3	10,5	49,1	пром
				сдоба	80	8	7	51	295	пром
				йогурт 2,5%	200	6,8	5	11	116,2	пром
				<i>итого</i>		410	16	12,3	72,5	460,3
1	3	Итого за день:			1370	84,4	59,2	212,9	1715,4	