

Утверждаю:
 директор МКОУ «СШ №11»
 _____ О.М.Краюшкина

М Е Н Ю
в лагере с дневным пребыванием «Дружба» МКОУ «СШ № 11» на 14 июня 2024г

	наименование блюда	ВЫХОД		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
		7-10 лет	11 лет и старше					
12 день	Завтрак							12 день
	Бутерброд с сыром	60	60	7,400	13,700	14,800	212,000	94
	Суп молочный с вермишелью	250	250	6,030	6,450	20,650	164,750	164
	Кофейный напиток с молоком	200	200	1,400	1,200	11,400	63,000	501
	Итого завтрак:	510	510	14,830	21,350	46,850	439,750	
	Второй завтрак							
	Йогурт 2,5%	200	200	10,00	6,40	17,00	174,000	517
	Батон нарезной	20	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Итого второй завтрак:	220	220	11,500	6,980	27,280	226,400	
	Обед							
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	100	0,960	6,060	5,760	81,600	4
				1,600	10,100	9,600	136,000	4
	Суп фасолевый	250	250	0,900	4,350	2,500	52,750	130*
	Мясо тушеное	110	120	16,720	19,140	2,530	249,700	363
				18,240	20,880	2,760	272,400	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	180	7,800	17,100	34,500	253,050	237
				9,36	20,52	41,4	303,66	
	Компот из изюма	200	200	0,300	0,000	20,100	81,000	512
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110
	Батон нарезной	20	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
	Итого обед:	820	900	30,160	47,590	85,870	824,800	
				33,880	56,790	96,840	952,510	
	Полдник							
	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,20	0,20	92,000	518
	Печенье	18	18	1,690	2,210	16,740	93,830	590
	Итого полдник:	218	218	2,690	2,410	16,940	185,830	
	Итого за день:			59,180	78,330	176,940	1 676,780	
				62,900	87,530	187,910	1 804,490	

Сумма на одного ребенка в день: 357 рублей 50 копеек