



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 1
им.М.Ю.Лермонтова

Павленко И.Н.

И.о. Л.Б. Жогарян

Меню на 13.07.2021

Прием пищи	Раздел	№ ренеп.	Наименование блюда	Выход, г	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал
						белки	жиры	углеводы	
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное «Крестьянское» порционно	10	7,24	0,1	8,2	0,1	75
	закуска	15	Сыр «Российский» порционный	20	15,55	4,6	5,8	0	72
	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	24,12	15,75	19,8	16,65	157,5
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	160	17,92	4,21	0	66,37	281,25
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,74	1,36	0,26	7,96	40,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	2,94	0,1	0	15	60
			Итого завтрак	583,00	71,35	31,26	36	142,76	873,45
Обед	1 блюдо	99	Суп картофельный с овощами и сметаной	250/10	16,21	12,76	7,8	38,27	278,06
	2 блюдо	291	Плов из птицы	80/160	40,56	29,2	33,8	47,8	612
	овощи	71	Огурец свежий	40	4,77	0,4	0	1,51	7,2
	овощи	71	Помидор свежий	45	6,26	0,6	0,1	2,3	13
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,84	5,14	1,94	36,68	187,5
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,25	1,36	0,26	7,96	40,2
	напиток	342	Компот из свежих яблок	200	6,76	0,48	0,2	36,12	143,2
			Итого обед	845,00	78,65	49,94	44,1	170,64	1281,16
		Итого за день	1428,00	150,00	81,20	80,1	313,4	2154,61	

Буфетчик *Л.Е.* Валешная Л.Е.

Начальник лагеря *Н.А. Кундюкова* Н.А.