



Утверждаю
Начальник лагеря
Н.В.Васькина

МЕНЮ

« 9 » октября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Химический состав				Энергетическая ценность в ккал
		Выход порции в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	
1-4 классы						
Завтрак						
1	Каша пшеничная с маслом	205	7,44	8,07	35,28	243,92
2	Фрукты с йогуртом	30/30	1,7/1,27	4,2/4,0	32,8/20,6	176,3/121,1
3	Квиноа с маслом	50	3,24	13,46	23,51	284,5
4	Корн или соевый мп	200	2,6	1,8	22,8	118,1
5	хлеб тп	40	3,0	0,0	2,0	84,0
Цена: 43 руб 68 коп						
1-11 классы						
Обед						
1	Свекольник с кур, со смет	205 руб/л	1,83	6,34	10,05	104,6
2	Плов с кури гов	20	15,2	13,0	38,2	334,6
3	Котлета кури	100	1,3	0,08	42,1	36,4
4	Колбаски из свин	200	0,56	0,0	27,88	113,28
5	хлеб тп	40	3,0	0,0	2,0	84,0
6	хлеб тп	50	3,0	0,0	3,0	68,0
7	Вареники	50,	2,4	1,4	35,3	157,8
Цена: 81 руб 36 коп						
ОВЗ						
Завтрак						
1	Каша пшеничная с мле	205	7,44	8,07	35,28	243,92
2	Корн колбаски со свин	200	2,6	1,8	22,8	118,1
3	хлеб тп	40	3,0	0,0	2,0	84,0
Цена:						
Обед						
1	Свекольник с кур, со смет	205 руб/л	1,83	6,34	10,05	104,6
2	Плов с кури гов	200	15,2	13,0	38,2	334,6
3	котлета кури	100	1,3	0,08	42,1	36,4
4	Колбаски из свин	200	0,56	0,0	27,88	113,28
5	хлеб тп	40	3,0	0,0	2,0	84,0
6	хлеб тп	50	3,0	0,0	3,0	68,0
Цена: 83 руб 91 коп						
Полдник						
1	Печенье	50,	3,25	4,8	37,2	208,2
2	Йогурт	200	8,6	3,0	16,8	130
Цена: 21 руб 88 коп						

Калькулятор:

Шабалина С.А.