



Утверждаю
Директор МБОУ «Петропавловская школа»
А.М.Винокурова
« 01 » июня 2021 год

Меню на 09 июня 2021 г.
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение "Петропавловская школа"
Летний лагерь с дневным пребыванием "Вымпел"

Номер рецептуры	№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)		
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
8 ДЕНЬ														
<i>Завтрак:</i>														
847	1	Фрукты свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000	10,000	0,000	75,800	2,200	0,030	10,000	0,000
177	2	Каша дружба	200/5	10,440	11,110	41,300	307,000	158,600	86,700	257,300	2,750	0,260	1,200	81,000
41	3	Масло сливочное	16	0,000	13,120	0,160	120,000	1,600	0,000	3,200	0,000	0,000	0,000	94,400
943	4	Чай с сахаром	200	0,200	0,000	14,000	28,000	6,000	0,000	0,000	0,400	0,000	0,000	0,000
	5	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,050	119,500	11,500	43,500	8,250	0,500	0,080	0,000	0,000
		<i>Итого завтрак</i>		<i>14,990</i>	<i>25,130</i>	<i>89,310</i>	<i>621,500</i>	<i>187,700</i>	<i>130,200</i>	<i>344,550</i>	<i>5,850</i>	<i>0,370</i>	<i>11,200</i>	<i>175,400</i>
<i>Полдник</i>														
130	1	Сок натуральный	200	1,000	0,200	20,200	92,000	14,000	8,000	14,000	2,800	0,020	4,000	0,000
459	2	Выпечка (кондитерские изделия)	90	5,567	2,893	49,783	247,500	17,550	21,690	55,260	1,247	0,103	0,770	15,300
		<i>Итого полдник</i>		<i>6,567</i>	<i>3,093</i>	<i>69,983</i>	<i>339,500</i>	<i>31,550</i>	<i>29,690</i>	<i>69,260</i>	<i>4,047</i>	<i>0,123</i>	<i>4,770</i>	<i>15,300</i>
<i>Обед:</i>														
12	1	Салат из кукурузы консервир.	100	2,880	6,180	8,040	99,300	18,660	19,530	5,780	0,660	0,100	9,300	0,000
87	2	Суп с рыбными консервами	250	8,610	8,400	14,340	167,250	45,300	47,350	176,530	1,260	0,100	9,110	15,000
301	3	Птица тушенная с соусом	120/120	26,880	21,870	8,430	337,500	84,150	35,850	207,300	2,660	0,090	0,810	64,500
688	4	Макаронные изделия отварные	180	6,620	5,420	31,730	202,140	5,830	25,340	44,600	1,330	0,070	0,000	25,200
868	5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,040	0,000	24,760	94,200	6,400	0,000	3,600	0,180	0,010	1,080	0,000
	6	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,860	143,400	13,800	52,200	9,900	0,600	0,096	0,000	0,000
		<i>Итого обед</i>		<i>49,770</i>	<i>42,470</i>	<i>116,160</i>	<i>1043,790</i>	<i>174,140</i>	<i>180,270</i>	<i>447,710</i>	<i>6,690</i>	<i>0,466</i>	<i>20,300</i>	<i>104,700</i>
		Всего за день		71,327	70,693	275,453	2004,790	393,390	340,160	861,520	16,587	0,959	36,270	295,400