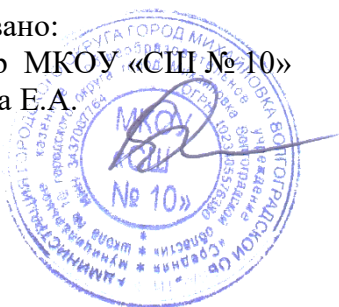


Согласовано:
 Директор МКОУ «СШ №10»
 Лепилина Е.А.



**Меню рационов питания учащихся МКОУ
 «СШ №10»**

На 13.07.2023г.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белк и	Жиры	Угл.	
Меню для организации питания воспитанников оздоровительного лагеря из расчета 156-00 руб. в день на одного воспитанника						
Завтрак:						
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	27,84	18,0	32,4	279,6
377	Чай с лимоном	215/7	0,2	0,0	15,0	61,6
тгк	Батон нарезной	30	3,0	0,2	19,5	91,9
	Итого:	422	30,24	18,2	62,0	410,1
Обед:						
тгк	Огурцы свежие	60	1,0	0,1	8,3	25,7
102	Суп картофельный с крупой	250	5,49	5,27	16,5	148
199	Пюре из бобовых с маслом (горох)	180	12,9	6,53	33,4	242
390	Котлеты рыбные п/ф	100	13,88	9,36	13,59	149,4
647	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1	0,0	28,2	110,3
тгк	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
тгк	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
	Итого:	1390	37,47	21,76	126,89	803,7