

ЛАГЕРЬ

(гипоаллергенное меню)

на 04.06.2024

(Мешалкин)

Согласовано
Директор школы 170



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак (7-11)						
Сыр порционно	15	55	3,5	4,3	0,0	0,0
Запеканка из творога	200	483	32,7	24,2	33,7	2,8
Яблоко	1шт	47	0,4	0,4	10,3	0,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
		626	36,8	29,0	54,1	4,5
Обед (7-11)						
Суп картофельный с мясом, зеленью	10/250	108	4,5	4,0	13,5	1,1
Мясо отварное	35	66	8,5	3,5	0,0	0,0
Рис отварной	150	226	3,6	7,5	28,4	2,4
Помидоры свежие	45	10	0,5	0,1	1,7	0,1
Компот из кураги	200	86	1,0	0,1	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
		549	19,9	15,5	67,6	5,6
Стоимость рациона	206,18	1175	56,7	44,5	121,7	10,1

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.