

ЛАГЕРЬ

(гипоаллергенное меню)

на 05.06.2024

Мешалкин

Согласовано
Директор школы 170



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак (7-11)						
Сыр	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Плов из индейки	200	375	10,7	17,1	44,5	3,7
Помидоры свежие	30	8	0,3	0,1	1,1	0,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
		424	11,2	17,3	55,7	4,6
Обед (7-11)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78	4,0	3,9	6,9	0,6
Мясо отварное	40	75	97,0	4,0	0,0	0,0
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие	30	5	0,3	0,0	0,7	0,1
Компот из груши	200	58	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб	25	54	1,8	0,3	11,3	0,2
Стоимость рациона	206,18	377	106,4	13,5	45,0	3,1

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.