

ЛАГЕРЬ

(гипоаллергенное меню)

на 10.06.2024

Согласовано
Директор школы 170



Мешалкин

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак (7-11)						
Сыр порционно	10	35	2,3	2,9	0,0	0,0
Мясо отварное	40	75	9,7	4,0	0,0	0,0
Картофель отварной с маслом растительным	150	122	2,9	5,5	15,4	1,3
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
		273	15,1	12,5	25,5	2,1
Обед (7-11)						
Суп картофельный с мясом, зеленью	10/250	108	4,5	4,0	13,5	1,1
Мясо отварное	40	75	9,7	4,0	0,0	0,0
Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным	150	246	8,5	7,3	36,6	3,1
Яблоко	1шт	42	0,4	0,4	9,2	0,8
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
		610	25,9	16,1	83,3	7,0
Стоимость рациона	206,18	883	41,0	28,6	108,8	9,1

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.