

# ЛАГЕРЬ

(гипоаллергенное меню)

на 14.06.2024

Согласовано  
 Директор школы 170



Мешалкин

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак (7-11)</b>						
Сыр порционно	15	55	3,5	4,3	0,0	0,0
Филе куриное отварное	75	123	20,0	4,6	0,4	0,0
Картофель отварной с маслом растительным	150	122	2,9	5,5	15,4	1,3
Помидоры свежие	25	5	0,3	0,1	1,0	0,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
		<b>346</b>	<b>26,9</b>	<b>14,6</b>	<b>26,9</b>	<b>2,2</b>
<b>Обед (7-11)</b>						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,1
Огурцы свежие	45	7	0,4	0,0	1,1	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0,0	28,0	2,3
Хлеб ржаной	33	71	2,3	0,3	14,9	0,3
		<b>598</b>	<b>16,3</b>	<b>17,1</b>	<b>95,1</b>	<b>6,9</b>
<b>Стоимость рациона</b>	<b>206,18</b>	<b>944</b>	<b>43,2</b>	<b>31,7</b>	<b>122,0</b>	<b>9,2</b>

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.