

ЛАГЕРЬ

(гипоаллергенное меню)

на 30.05.2024

Согласовано
Директор школы 170

(Мешалкин)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак (7-11)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11,0	11,5	1,0
Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом	200/5	228	6,2	8,5	31,6	2,6
Яблоко	1шт	47	0,4	0,4	10,3	0,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
		489	14,0	20,0	63,5	5,3
Обед (7-11)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78	4,0	3,9	6,9	0,6
Филе куриное отварное	100	144	30,9	2,0	0,5	0,0
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,0
Огурцы свежие	80	12	0,6	0,1	2,0	0,2
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
		471	40,8	11,0	44,9	3,7
Стоимость рациона	206,18	960	54,8	31,0	108,4	9,0

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.