

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Еландинская основная
общеобразовательная школа» Целинного
района Алтайского края
_____ Н.Н.Сериков

Семидневное меню
профильного лагеря с дневным пребыванием детей на базе МБОУ
«Еландинская основная общеобразовательная школа» Целинного
района Алтайского края

Сезон : Летний

Возрастная категория: 7 – 11 лет

[illegible]

[illegible]

[illegible]

№ ре- цеп- туры	Прием пищи наименование блюда	М ас са по рц ии	Пищевы е вещества (г)			Энер гетич ес- кая ценн ость (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
		7- 11 Лет				7-11 лет								
	Питьевой режим													
	Сок персиковый	200	-	-	22,4	37,5	-	-	29,5	-	0,5	1	-	-
	Итого:					37,5								
	<u>Обед:</u>													
	Суп лапша на м/б	250	0,86	3,65	5,02	56,34	0,01	5,7	0	0	21,09	24,58	12,54	0,8
200	Каша ячневая	150	7,4	5,1	10,9	166,40	0,12	-	17	4	139	0,7	33	12
378	Рыба тушеная с овощами	100	20,8	6,12	30,90	190,60	0,03	0	0,31	0	13,42	64,90	31,97	0,53
244	кисель	200	6,12	0,81	2,54	130,6	0,04	0,77	3	0	10,3	67,4	8,0	0,43
	Хлеб 1 сорт	100	0,5	0,1	11,3	46,0	-	-	-	-	-	-	-	-
	ПЕЧЕНЬКА	50			29,4	108	0	0	0	0	0	0	0	0
	яблоко	200	3,99	5,32	22,83	198,06	0,11	1,2	0,3	0,3	99,62	22,36	106,5	0,32
	ИТОГО					896								

№ ре- цеп- туры	Прием пищи наименование блюда	М ас са по рц ии	Пищевые вещества (г)			Эне ргет иче с- кая цен нос ть (кка л)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
		7-11 Лет				7-11 лет								
	Питьевой режим						-	-	-	-	-	-	-	-
	Сок абрикосовый	200	-	4,1	0,03	37,5	-	-	29,5	0,5	1	-	-	-
	<u>Обед:</u>													
103	суп с фасолью на м/б	200	7,4	5,1	10,9	166,4								
679	Картофельное пюре с маслом	150	6,6	5,72	37,88	229,5	0,77	0	21	0,1	16,64	134,04	-	47,4
637	Катлета рыбная с соусом	100	13,9	6,5	4,0	220	0,01	3,3	-	7,5	80	12,5	-	1,7
648	компот	200	0,12	0,09	1,81	11,17	0,3	15	0,25	1,75	29,5	0	1	0
	ПРЯНИК	50	0,6	0,6	14,7	70,3					13,5		13,5	33
	хлеб	100	8,8	1,7	29,4	108	-	-	-	-	-	-	-	-
	ИТОГ													
	груша	200	2,95	0,74	26,94	114,63	0,40	-	-	-	30	186	97	0,70
	итого					920								

[illegible]

[illegible]

