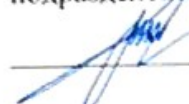


СОГЛАСОВАНО:

Руководитель структурного
подразделения Е. А. Родыгина

Утверждаю

Директор МАОУ СШ №66

 О. В. Мединская

Рацион: Лагерь 2025 6-11 лет

Неделя: 2 10.06.

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
	Сыр порционно	20	4,6	5,8		72
	Омлет натуральный, с маслом	150	16,11	18,51	2,29	243,2
	Кофейный напиток с молоком	200	3,38	3,22	15,61	102,4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6
	Киви	100	0,9	0,1	9	44
	Мармелад жевательный	30	0,03		23,82	98,4
Итого за Завтрак		500	26,54	27,79	60,44	607,6
Обед						
	Салат из свежей капусты	60	1,06	3,02	5,97	55,41
	Суп фасолевый	200	10,86	9,99	22,2	233,31
	Цыпленок запеченный (голень)	90	19,01	22,25	4,79	298,99
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,64	9,74	27,59	222
	Сок фруктовый	200	1,03		18,66	77,9
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,4	0,65	19,9	100,5
Итого за Обед		770	42,52	45,81	108,83	1035,71
Итого за день		1270	69,06	73,6	169,27	1643,31
Итоговая стоимость дневного рациона составляет 291,48 рублей						