

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы *Бакит* Байкина З.Х.



Примерное 10-и дневное меню
 В лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе МКОУ «Малаяевская ООШ»
 в период каникул при 2-х разовом питании

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,5	6,3	33,6	213,1
Бутерброд с повидлом №2	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6
Итого за прием пищи:	500	9,0	13,6	99,7	552,0
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0
Рыба, тушеная в томате с овощами №374	90	9,1	4,9	5,0	101,9
Картофельное пюре или картофель отварной №520, №518	150	3,2	4,6	21,6	140,3
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	800	22,8	12,8^А	114,7	664,3
Всего за день:		31,8	26,4	214,4	1216,3

Повар школы: *Квас* Васильева Х.М.
 Ответственный за организацию питания: *Бакит* Бахтигузина Р.Р.