



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы Байгина 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**

**8 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями №160	250	5,6	4,8	21,0	150,7
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>8,8</b>	<b>12,3</b>	<b>55,4</b>	<b>368,0</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8
Котлета рубленая с белокочанной капустой №455	90	11,7	13,7	12,0	216,9
Картофельное пюре или картофель отварной №520, №518	150	3,2	4,6	21,6	140,3
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>27,8</b>	<b>23,8</b>	<b>125,1</b>	<b>823,1</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>36,6</b>	<b>36,1</b>	<b>180,5</b>	<b>1 191,1</b>

Повар школы:

*Васильева*

Васильева Х.М.

Ответственный за организацию питания:

*Бахтигузина*

Бахтигузина Р.Р.