

Директор школы  Байкина З.Х.



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

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша вязкая молочная рисовая №174	200	5,6	9,8	40,6	273,2
Бутерброд с сыром №3	50/30/20	10,9	23,7	24,6	356,2
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>18,4</b>	<b>35,1</b>	<b>91,3</b>	<b>759,1</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 макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0
Рагу из птицы №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1
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>710</b>	<b>23,4</b>	<b>18,1</b>	<b>109,7</b>	<b>693,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>41,8</b>	<b>53,2</b>	<b>201,0</b>	<b>1 452,7</b>

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