



УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы *Вайкина 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 гречневая молочная вязкая с маслом №302	200	8,0	7,2	39,2	254,3
Бутерброд с маслом №1/2011	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
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
Итого за прием пищи:	600	11,71	16,3	80,0	519,0
Обед					
Помидор свежий	60	1,3	0,4	7,7	37,0
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3
Рагу из птицы №289	150	12,7	14,6	13,9	273,8
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
Итого за прием пищи:	710	22,6	18,9	102,5	667,9
Всего за день:		34,8	35,2	182,5	1186,9

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