



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы *Бити* 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  
3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>11,71</b>	<b>16,3</b>	<b>80,0</b>	<b>519,0</b>
<b>Обед</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>22,6</b>	<b>18,9</b>	<b>102,5</b>	<b>667,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>34,8</b>	<b>35,2</b>	<b>182,5</b>	<b>1186,9</b>

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