


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы *Байкина З.Х.*  
 «17» 06 2021г

**Примерное 10-и дневное меню**  
**В лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе МКОУ «Маялевская 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	
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>9,0</b>	<b>13,6</b>	<b>99,7</b>	<b>552,0</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
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>22,8</b>	<b>12,8<sup>А</sup></b>	<b>114,7</b>	<b>664,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>31,8</b>	<b>26,4</b>	<b>214,4</b>	<b>1216,3</b>

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