

**"Утверждаю"**

ИП Шардина В.А.

Руководитель  /Шардина В.А./



**"Согласовано"**

МАОУ "СОШ" р.п. ПАШИЯ

Директор  /Кетов Ю.И./



**Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)**

ИП ШАРДИНА ВА ЛАГЕРЬ (ЛДП)

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N блюда по сборн.	Сумма, руб
--------------------	------------------	---------	---------	---------	------------	----------------------	---------------

**Меню на 01.06.2022 года День 1**

**Завтрак**

КАША ДРУЖБА(200)	205	5,3	7,0	28,5	197,9	102/2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,6	0,2	14,8	71,5		
ЙОГУРТ 55	55	1,9	1,4	3,0	32,0		
ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,0	59,9	300/2008	
СЫР(10)	10	2,6	2,6		33,7	366/2008	

**Обед**

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(200)	210	1,7	5,0	7,4	81,0	63/2008	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 180	180	20,6	23,2	32,6	421,5	211/2008	
КИСЕЛЬ(200)	200	1,4		29,0	121,5	274/2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	9,8	47,7		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	0,3	13,4	62,3		
ПОМИДОР(60)	60	0,7	0,1	2,3	12,8		

**Итого за день: 200,0**

**40,0 40,0 155,8 1141,8**

**196,82**

**Средние значения за период**

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма об"ема блюд за один прием пищи,г
--	------	------	------	---------	--

Питание 2-х разовое

Норма: 50 - 60 % 38,5 - 46,2 39,5 - 47,4 167,5 - 201,0 1175 - 1410 1200,0

Факт: 48,6 % 39,8 39,9 155,8 1141,8 1200,0

**Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 3,9**