

"Утверждаю"

ИП Шардина В.А.

"Согласовано"

МАОУ "СОШ" р.п. ПАШИЯ

Руководитель  /Шардина В.А./

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	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
--------------------	------------------	---------	---------	---------	------------	----------------------	---------------

Меню на 02.06.2022 года День 2

Завтрак

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	9,8	47,7		
ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,0	59,9	300/2008	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150/50)	200	31,6	11,6	56,0	454,5	141/2008	
ВАФЛИ	80	2,2	2,6	61,8	280,1		

Обед

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (200)	200	2,1	6,0	14,3	119,4		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(155)	150/5	4,3	9,1	23,3	192,3	241/2008	
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(90)	90	16,3	23,7	24,1	375,1	161/2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	0,3	13,4	62,3		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,6	0,2	14,8	71,5		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(200)	200	0,6		29,7	121,3	283/2008	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4	5,1	1,1	51,7		

Итого за день: 265,0 63,3 58,8 263,3 1835,8 196,82

Средние значения за период

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма об"ема блюдов 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: 78,1 % 63,3 58,8 263,4 1835,9 1265,0

Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 4,2