

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

Меню на 06.06.2022 года День 4

**Завтрак**

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(130)	130	11,5	18,7	2,6	224,7	132/2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(200)	200	3,6	3,3	19,9	123,5	286/2008	
ЯБЛОКО(200)	200	0,8		70,0	283,2		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,6	0,2	14,8	71,5		

**Обед**

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ(200)С СМЕТАНОЙ	200/10	5,8	5,2	10,7	112,9	37/2008	
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 ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	9,8	47,7		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	0,3	13,4	62,3		
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4	5,1	1,1	51,7		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(200)	200	0,6		29,7	121,3	283/2008	

**Итого за день 325,0 49,1 65,8 219,4 1666,2 196,82**

Средние значения за период

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма объема 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: 70,9 % 49,0 65,8 219,5 1666,3 1325,0

Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 4,5