"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 07.06.2022 года День 5							
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ(200)	205	7,6	8,8	37,0	257,8	112/2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,6	0,2	14,8	71,5		
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,5	25,0	146,2	269/2008	
СЫР(10)	10	2,6	2,6		33,7	366/2008	
ФРУКТ(1 ШТ АПЕЛЬСИН)	200	8,1	8,0	9,0	140,6		
Обед							
СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,3	3,8	18,2	128,1	45/2008	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(150)	150	9,0	8,1	40,8	272,1	218/2008	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЁЖИКИ"90	90	12,8	20,8	13,2	291,2	202/2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	30	1,0	2,0	2,8	33,4	256/2008	
СОК ЯБЛ(200)	200	1,0	0,2	20,2	86,6		
ПОМИДОР(60)	60	0,7	0,1	2,3	12,8		
Итого за день	*1375,0*	54,5	58,1	183,3	1474,0		*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: 62,7 %	54,5	58,2	183,2	1474,1	1375,0

Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,4