"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 10.06.2022 года День 8** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ | 200/5 | 5,3 | 7,4 | 32,6 | 218,1 | 114/2008 | |
| МАСЛО СЛ(10) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,8 | 365/2008 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,6 | 0,2 | 14,8 | 71,5 | | |
| ЯБЛОКО(200) | 200 | 0,8 | | 70,0 | 283,2 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | | 15,0 | 59,9 | 300/2008 | |
| **Обед** | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 6,0 | 4,7 | 18,5 | 139,9 | 45/2008 | |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 150 | 150 | 13,2 | 15,0 | 14,2 | 244,3 | 214/2008 | |
| ПОМИДОР(60) | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 12,8 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,7 | 0,2 | 9,8 | 47,7 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,5 | 0,3 | 13,4 | 62,3 | | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(200) | 200 | 0,6 | | 29,7 | 121,3 | 283/2008 | |
| ***Итого за день*** | ***1355,0*** | 32,5 | 36,2 | 220,4 | 1335,8 | | ***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: 56,8 %** | 32,3 | 36,2 | 220,3 | 1335,8 | 1355,0 |

***Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 6,8***