"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 15.06.2022 года День 10							
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(130)	130	11,5	18,7	2,6	224,7	132/2008	
СЫР(10)	10	2,6	2,6		33,7	366/2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,6	0,2	14,8	71,5		
ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,0	59,9	300/2008	
ЯБЛОКО(200)	200	0,8		70,0	283,2		
Обед							
СВЕКОЛЬНИК(200)	210	2,1	4,8	12,5	101,1	43	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(150)	155	5,7	10,6	36,1	262,0	227/2008	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР(90)	90/5	14,5	16,8	7,0	237,2	217/2008	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4	5,1	1,1	51,7		
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	***1340,0***	44,0	59,3	212,0	1556,3		***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: 66,2 %	43,9	59,2	212,0	1556,4	1340,0

Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 4,8