

УТВЕРЖДАЮ.

Начальник лагеря с дневным пребыванием
детей на базе МКОУ Сосновской СШ
им. М. Я. Бредова

О. Н. Серова

**Примерное меню для лагеря с дневным пребыванием детей
на базе МКОУ Сосновской СШ им. М. Я. Бредова**

1 неделя

	норма выдачи	Б	Ж	У	Калории
завтрак					
Каша манная молочная со сливочным маслом	200	6,45	9,0	41,55	279,0
Какао с молоком	200	4,0	4,0	16,0	116,0
Хлеб пшеничный со сливочным маслом	60	8,75	9,75	38,78	283,8
обед					
Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	2,58	7,82	9,12	114,35
Картофель тушеный с куриным мясом, салат из св. капусты	100/50	24,04	24,3	10,1	342,0
Чай сладкий	200	1,4	-	13,8	62,0
Хлеб ржаной	50	2,81	0,44	23,52	111,56
Яблоко	1 шт.	8,2	7,8	9,6	145,6
Итого за день		58,23	63,11	162,47	1454,31
завтрак					
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200	6,45	9,0	41,55	279,0
Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	14,8	100,0
Хлеб пшеничный, сыр твердый	60/20	11,66	6,45	23,22	209,4
обед					
Суп картофельный на мясом	200	2,0	3,6	12,2	90,0
Рожки отварные с м/сл	100/30	3,09	2,3	14,4	90,0
Бефстроганов из отварного мяса	9,04	9,04	5,2	3,05	180,0
Компот яблочный	200	0,4	0,2	21,4	90,0
Хлеб ржаной	50	2,81	0,44	23,52	111,56
Апельсин	1 шт.	2,79	2,79	22,32	118,69
Итого за день		41,04	33,58	173,85	1208,65