

Утверждено:

ИП



А. Г. Колокольникова

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5 г.Шахты



В. В. Затолока

## Ежедневное меню

для питания детей в оздоровительном учреждении  
с дневным пребыванием на базе МБОУ г.Шахты

«Лицей №3» в период летней оздоровительной кампании 2023 года

день: шестнадцатый

дата: 23.06.23г.

| Пищевая ценность                      |              |               |                | Наименование блюда  | Масса порции (г) |
|---------------------------------------|--------------|---------------|----------------|---|------------------|
| б                                     | ж            | у             | ккал           |   |                  |
| <b>Завтрак</b>                        |              |               |                |   |                  |
| 7,00                                  | 7,90         | 24,70         | 141,00         | Суп молочный с макаронными изделиями                                  | 250              |
| 13,30                                 | 3,60         | 55,60         | 295,00         | Булочка творожная   | 100              |
| 2,92                                  | 4,67         | 0,85          | 74,10          | Сыр (порциями)  | 20               |
| 4,90                                  | 5,00         | 32,50         | 190,00         | Какао с молоком   | 200              |
| 1,88                                  | 0,24         | 23,50         | 94,00          | Фрукты (апельсин)   | 200              |
| <b>30,00</b>                          | <b>21,41</b> | <b>137,15</b> | <b>794,10</b>  | <b>Итого за прием пищи</b>  | <b>770</b>       |
| <b>Обед</b>                           |              |               |                |   |                  |
| 0,40                                  | 0,10         | 1,30          | 7,00           | Огурцы свежие   | 50               |
| 0,60                                  | 0,10         | 1,90          | 12,00          | Помидоры свежие   | 50               |
| 4,93                                  | 7,29         | 12,33         | 132,95         | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной 225/15/10 | 250              |
| 17,40                                 | 11,60        | 10,00         | 214,00         | Шницель рыбный натуральный (с маслом сливочным) 100/5                 | 105              |
| 3,78                                  | 8,10         | 26,28         | 196,20         | Пюре картофельное   | 180              |
| 0,20                                  | 0,00         | 35,80         | 142,00         | Компот из свежих плодов (яблок) с витамином С                         | 200              |
| 1,90                                  | 0,23         | 11,55         | 55,25          | Хлеб пшеничный  | 25               |
| 0,71                                  | 0,11         | 7,47          | 32,10          | Хлеб ржано-пшеничный  | 15               |
| 5,54                                  | 6,34         | 7,52          | 113,85         | Йогурт  | 110              |
| <b>35,46</b>                          | <b>33,86</b> | <b>114,15</b> | <b>905,35</b>  | <b>Итого за прием пищи</b>  | <b>985</b>       |
| <b>65,46</b>                          | <b>55,27</b> | <b>251,30</b> | <b>1699,45</b> | <b>Итого за день:</b>   | <b>1755</b>      |
| <b>Стоимость питания в день, руб.</b> |              |               |                |   | <b>232,31</b>    |

Начальник лагеря

Мангасарян П.Е.

(расшифровка подписи)

Повар

Колокольникова А.Г.

(расшифровка подписи)

Медицинский работник

Антоненко И.П.

(расшифровка подписи)