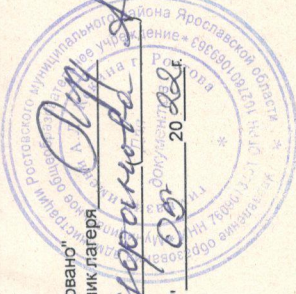
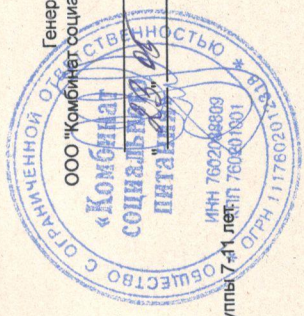


"Согласовано"
Назначен лагеря
23.08.2022
20.08.2022



"Утверждаю"
Генеральный директор
"Комбинат социального питания"
Ивченко С.В.
20.08.2022



Основное меню для городских лагерей учащихся общеобразовательных школ и внешкольного образования возрастной группы 7-11 лет
(составлено в соответствии с п.8 СанПин 2.3/2.4.3590-20)

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/10	5.4	10.1	39.3	272.1	0.12	0.80	49.64	0.00	0.60	121.01	33.69	142.14	0.60	0.70	0.00	50.44	0.00	0.00	175	2015
Бутерброд с сыром	18/20	6.2	5.3	10.3	114.3	0.00	0.10	41.40	0.00	0.10	184.40	15.60	126.80	0.50	0.70	43.30	0.70	0.00	0.00	3	2015
Чай с сахаром	200/15	0.1	0.0	15.0	60.0	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	11.10	1.40	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015
Блинчик с вишневым фаршем	70	4.2	5.0	27.1	170.0	0.10	0.14	33.21	0.10	0.00	60.73	17.88	75.12	0.75	0.61	0.00	27.28	0.00	0.00	ТТК	
Итого за прием пищи:	533	15.8	20.4	91.7	616.5	0.22	1.07	124.25	0.10	0.70	377.24	68.57	346.86	2.13	2.01	43.30	78.42	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с яйцом и курой	250/15	8.1	4.1	20.0	151.4	0.10	0.80	0.20	0.20	0.10	38.10	33.90	112.00	1.70	1.00	730.00	79.60	0.00	0.00	97	2015
Котлетка по-домашнему	90	13.3	17.4	11.2	269.2	0.00	0.30	1.50	0.00	0.10	27.90	22.70	140.30	2.10	0.20	62.60	22.20	0.00	0.00		
Макаронные изделия отварные	150	6.2	4.0	40.1	226.0	0.10	0.00	12.50	0.10	0.00	32.90	11.80	47.40	1.10	0.40	71.70	100.90	0.00	0.00	309	2015
Сок фруктовый	200	0.0	0.0	20.2	88.0	0.01	4.00	0.00	0.00	0.20	14.00	8.00	14.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	389	2015
Хлеб ржаной	24	1.6	0.3	8.0	41.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.30	4.60	20.90	1.00	0.30	32.60	1.30	0.00	0.00		
Фрукт	160	0.6	0.5	16.5	75.2	0.00	3.20	0.00	0.00	0.00	27.40	17.30	23.00	2.90	0.30	248.00	1.60	0.00	0.00		
Выпечное изделие	60	3.3	11.0	19.0	188.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.30	2.30	0.00	0.00	2.80	0.20	0.00	0.00	ТТК	
Итого за прием пищи:	949	33.1	37.3	135.0	1 039.9	0.21	17.30	14.20	0.30	0.40	145.20	98.60	359.90	11.60	2.20	1 147.70	205.80	0.00	0.00		
Всего за день:		48.9	57.7	226.7	1 656.4	0.43	18.37	138.45	0.40	1.10	522.44	167.17	706.76	13.73	4.21	1 191.00	284.22	0.00	0.00		