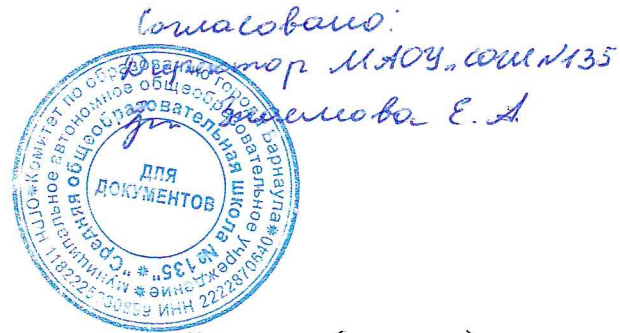


Генеральный директор  
АО "КНПП-Глобус"  
Е.А. Скурлатов  
"24" мая 2021г.



Примерное (десятидневное) меню на оздоровительный лагерь (завтрак)

2 неделя

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7
<b>День № 1 - завтрак</b>						
Сосиски отварные	100	12	22	2	270	413
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	9,36	51,12	335	508
Маринад овощной (без томата)	20	0,24	2,00	2,00	29	613
Компот из клубники с вит С	180	0,40		29,88	117	342
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
<b>Итого</b>		<b>26,12</b>	<b>33,72</b>	<b>105,76</b>	<b>846</b>	
<b>День № 2 - завтрак</b>						
Плов из птицы(окорочки)	290	21,46	21,46	39,44	447	291
Сок	180			20,34	81	389
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
<b>Итого</b>		<b>24,50</b>	<b>21,82</b>	<b>80,54</b>	<b>623</b>	
<b>День № 3 - завтрак</b>						
Палочки рыбные(филе минтай)	100	14,08	10,50	11,50	200	акт
Пюре картофельное	180	3,78	8,10	26,28	197	520
Салат из морской капусты	35	7,00	1,54		58	
Напиток из плодов шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
<b>Итого</b>		<b>28,26</b>	<b>20,50</b>	<b>79,78</b>	<b>635</b>	
<b>День № 4 - завтрак</b>						
Мясо запеченное с морковью	90	24,45	9,34	5,40	182	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,30	7,38	42,30	265	516
Напиток из черной смородины	180	0,90		16,38		700
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
<b>Итого</b>		<b>34,69</b>	<b>17,08</b>	<b>84,84</b>	<b>542</b>	
<b>День № 5 - завтрак</b>						
Жаркое по-домашнему с мясом	250	22,25	12,25	27,00	313	436
Компот из ягодной смеси	180	0,38	0,14	23,69	90	342
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
<b>Итого</b>		<b>25,67</b>	<b>12,75</b>	<b>71,45</b>	<b>498</b>	
<b>Итого за смену всего:</b>		<b>27,848</b>	<b>21,174</b>	<b>84,474</b>		
<b>Итого за смену соотношение</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>		