

## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
90/20	<b>Фрикадельки из кур с соусом сметанным</b>	Калорийность-245, Белки-12,35, Жиры-18,43, Углеводы-7,29
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Калорийность-101, Белки-2,27, Жиры-2,14, Углеводы-19,16
90/20	<b>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
150	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-258, Белки-4,35, Жиры-12, Углеводы-33,21
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<b>Омлет натуральный</b>	Калорийность-337, Белки-16,27, Жиры-28,98, Углеводы-3,07
60	<b>Икра кабачковая</b>	Калорийность-82, Белки-1,68, Жиры-4,32, Углеводы-8,72
10	<b>Сыр Российский</b>	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Борщ Ставропольский Котлета рубленая из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23
90/20	<b>Рис отварной</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	<b>Рис отварной</b>	Калорийность-216, Белки-3,6, Жиры-5,4, Углеводы-39
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-28,47
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150/7,5/30	<b>Макароны отварные с сыром</b>	Калорийность-313, Белки-12,69, Жиры-14,93, Углеводы-31,98
200	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-94, Белки-0,8, Жиры-0,8, Углеводы-19,60
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп-лапша домашняя Шницель рубленый из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-93, Белки-2,06, Жиры-4,43, Углеводы-9,30
90/20	<b>Картофельное пюре</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
100	<b>Икра свекольная</b>	Калорийность-89, Белки-2,13, Жиры-3,4, Углеводы-12,6
50	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-93, Белки-1,18, Жиры-0,05, Углеводы-11,43
200	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



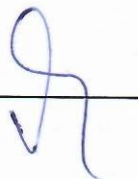
Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	<b>Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным крестьянским</b>	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
10	<b>Сыр Российский</b>	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-94, Белки-0,8, Жиры-0,8, Углеводы-19,60
200	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-119, Белки-4,08, Жиры-3,54, Углеводы-17,58
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-127, Белки-4,72, Жиры-4,3, Углеводы-18,43
90/10	<b>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
150	<b>Макароны отварные</b>	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,50
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	<b>Каша жидкая молочная манная с маслом</b>	Калорийность-239, Белки-5,81, Жиры-10,21, Углеводы-30,84
30	<b>Печенье сахарное</b>	Калорийность-168, Белки-2,4, Жиры-1,4, Углеводы-38,85
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b>	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
150/90	<b>Плов из птицы</b>	Калорийность-362, Белки-20,24, Жиры-11,83, Углеводы-43,74
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



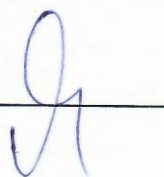
Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
140	<b>Омлет натуральный</b>	Калорийность-294, Белки-14,19, Жиры-25,35, Углеводы-2,68
60	<b>Икра кабачковая</b>	Калорийность-82, Белки-1,68, Жиры-4,32, Углеводы-8,72
75	<b>Булочка Домашняя</b>	Калорийность-238, Белки-5,46, Жиры-9,39, Углеводы-32,94
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Борщ Ставропольский Котлета рубленая из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23
90/20	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-216, Белки-3,6, Жиры-5,4, Углеводы-39
200	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-92, Белки-0,27, Углеводы-22,80
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



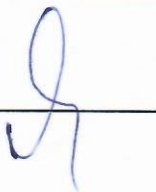
Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
140	<b>Омлет натуральный</b>	Калорийность-294, Белки-14,19, Жиры-25,35, Углеводы-2,68
60	<b>Икра кабачковая</b>	Калорийность-82, Белки-1,68, Жиры-4,32, Углеводы-8,72
75	<b>Булочка Домашняя</b>	Калорийность-238, Белки-5,46, Жиры-9,39, Углеводы-32,94
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Борщ Ставропольский</b>	Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23
90/20	<b>Котлета рубленая из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b>	Калорийность-216, Белки-3,6, Жиры-5,4, Углеводы-39
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-0,27, Углеводы-22,80
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150/50	<b>Запеканка творожная со сгущенным молоком</b>	Калорийность-384, Белки-15,19, Жиры-11,50, Углеводы-53,20
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
35	<b>Печенье сахарное</b>	Калорийность-146, Белки-2,63, Жиры-3,42, Углеводы-26,25
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-127, Белки-4,72, Жиры-4,3, Углеводы-18,43
90/20	<b>Птица тушеная в соусе сметанном с томатом и луком</b>	Калорийность-429, Белки-16,56, Жиры-38,34, Углеводы-40,32
150	<b>Макароньы отварные</b>	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,50
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер





## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
90/20	<b>Котлета рубленая из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп из овощей</b>	Калорийность-82, Белки-1,51, Жиры-4,42, Углеводы-10,49
150/90	<b>Плов из птицы</b>	Калорийность-362, Белки-20,24, Жиры-11,83, Углеводы-43,74
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-0,27, Углеводы-22,80
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
	<b>Каша вязкая молочная</b>	
200/10	<b>из овсяной крупы с маслом сливочным</b>	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
10	<b>Сыр Российский</b>	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-94, Белки-0,8, Жиры-0,8, Углеводы-19,60
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп-лапша домашняя Голубцы ленивые из</b>	Калорийность-93, Белки-2,06, Жиры-4,43, Углеводы-9,30
90/20	<b>говядины с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
100	<b>Картофельное пюре</b>	Калорийность-89, Белки-2,13, Жиры-3,4, Углеводы-12,6
50	<b>Икра свекольная</b>	Калорийность-93, Белки-1,18, Жиры-0,05, Углеводы-11,43
200/15	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-57, Белки-0,2, Углеводы-15,04
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
105	<b>Омлет с колбасными изделиями</b>	Калорийность-243, Белки-11,06, Жиры-21,32, Углеводы-1,91
100	<b>Вафли в инд упаковке</b>	Калорийность-270, Белки-2,25, Жиры-17, Углеводы-31
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
43	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-92, Белки-3,44, Жиры-0,54, Углеводы-22,14
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b>	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
150/90	<b>Плов из птицы</b>	Калорийность-362, Белки-20,24, Жиры-11,83, Углеводы-43,74
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-92, Белки-0,27, Углеводы-22,80
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



**Меню пришкольного лагеря**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

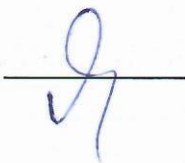
**Завтрак**

90/20	<b>Фрикадельки из кур с соусом сметанным</b>	Калорийность-245, Белки-12,35, Жиры-18,43, Углеводы-7,29
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-262, Белки-8,3, Жиры-8,95, Углеводы-37,37
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53

**Обед**

40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Калорийность-101, Белки-2,27, Жиры-2,14, Углеводы-19,16
90/20	<b>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
150	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-258, Белки-4,35, Жиры-12, Углеводы-33,21
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



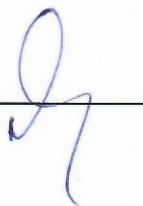
Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<b>Омлет натуральный</b>	Калорийность-337, Белки-16,27, Жиры-28,98, Углеводы-3,07
60	<b>Икра кабачковая</b>	Калорийность-82, Белки-1,68, Жиры-4,32, Углеводы-8,72
10	<b>Сыр Российский</b>	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Борщ Ставропольский</b>	Калорийность-94, Белки-1,92, Жиры-4,05, Углеводы-13,23
90/20	<b>Котлета рубленая из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
150	<b>Рис отварной</b>	Калорийность-216, Белки-3,6, Жиры-5,4, Углеводы-39
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-108, Белки-0,16, Углеводы-28,47
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150/7,5/30	<b>Макаронны отварные с сыром</b>	Калорийность-313, Белки-12,69, Жиры-14,93, Углеводы-31,98
200	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-94, Белки-0,8, Жиры-0,8, Углеводы-19,60
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп-лапша домашняя Шницель рубленный из бройлеров-цыплят с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-93, Белки-2,06, Жиры-4,43, Углеводы-9,30
90/20	<b>Картофельное пюре</b>	Калорийность-273, Белки-14,68, Жиры-16,32, Углеводы-17,1
100	<b>Икра свекольная</b>	Калорийность-89, Белки-2,13, Жиры-3,4, Углеводы-12,6
50	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-93, Белки-1,18, Жиры-0,05, Углеводы-11,43
200	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



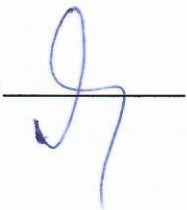
Бухгалтер



## Меню пришкольного лагеря

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	<b>Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом сливочным крестьянским</b>	Калорийность-297, Белки-8,23, Жиры-10,53, Углеводы-42,21
10	<b>Сыр Российский</b>	Калорийность-56, Белки-3,51, Жиры-4,5
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200	<b>Фрукты свежие (яблоки)</b>	Калорийность-94, Белки-0,8, Жиры-0,8, Углеводы-19,60
200	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-119, Белки-4,08, Жиры-3,54, Углеводы-17,58
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53
<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-127, Белки-4,72, Жиры-4,3, Углеводы-18,43
90/10	<b>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом</b>	Калорийность-116, Белки-8,39, Жиры-6,78, Углеводы-7,73
150	<b>Макароны отварные</b>	Калорийность-142, Белки-5,4, Жиры-0,7, Углеводы-28,50
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер



**Меню пришкольного лагеря**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200/10	<b>Каша жидкая молочная манная с маслом</b>	Калорийность-239, Белки-5,81, Жиры-10,21, Углеводы-30,84
30	<b>Печенье сахарное</b>	Калорийность-168, Белки-2,4, Жиры-1,4, Углеводы-38,85
10	<b>Масло сливочное крестьянское</b>	Калорийность-63, Белки-0,13, Жиры-8,2, Углеводы-0,1
200/15/7	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-56, Белки-0,2, Углеводы-13,6
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-8,53

<u>Обед</u>		
40	<b>Овощи свежие (огурцы)</b>	Калорийность-5, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,76
40	<b>Овощи свежие (помидоры)</b>	Калорийность-9, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b>	Калорийность-104, Белки-1,47, Жиры-2,5, Углеводы-19,48
150/90	<b>Плов из птицы</b>	Калорийность-362, Белки-20,24, Жиры-11,83, Углеводы-43,74
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-133, Белки-0,66, Жиры-0,09, Углеводы-32,01
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-64, Белки-2,4, Жиры-0,38, Углеводы-15,45
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Калорийность-78, Белки-2,6, Жиры-1, Углеводы-12,8

Директор



Заведующая



Бухгалтер

