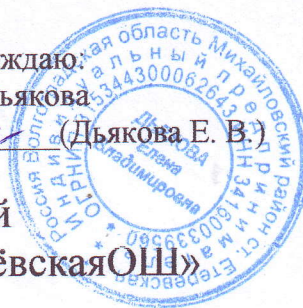




Согласовано:
Директор МКОУ «Секачёвская ОШ»
Юдаева (Юдаева В.Д.)
МП

Утверждаю:
ИП Дьякова
Дьякова (Дьякова Е. В.)
МП



21.06.23
2023 г.
Меню рационов питания детей
в оздоровительном лагере МКОУ «Секачёвская ОШ»

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец	
		Белки	Жиры	Угл.			
Меню для организации питания детей в оздоровительном лагере из расчета 156 рубль 00 копеек в день на одного ребенка							
Возрастная категория: с 7 до 11 лет							
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена	250	7,6	13,97	41,82	325	175
	Батон	50	4,0	0,5	24,1	118	ТТК №6
	Чай с сахаром	200	0,07	0	15	60	376
	Итого за завтрак:	500	11,67	14,47	80,92	503	
Обед	Борщ из свежей капусты	200	1.74	3.44	9.05	104	82
	Фрикадельки (п\ф)	90	9.0	28.8	16.74	297	248
	Гороховое пюре	150	5.1	9.1	34.2	245	309
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	ТТК №6
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92	ТТК №6
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133	349
	Итого за обед:	730	21.3	33.92	109.63	795	
	Итого за день:	1230	32.97	48.39	190.55	1 298	
Возрастная категория: с 12 и старше							
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена	270	8,2	15,1	45,1	351	175
	Батон	80	5,53	0,7	33,81	164	ТТК №6
	Чай с сахаром	200	0,07	0	15	60	376
	Итого за завтрак:	550	13,8	15,8	93,91	575	
Обед	Борщ из свежей капусты	250	2.1	6.92	11.23	125	82
	Фрикадельки (п\ф)	100	10.0	32.0	18.6	330	248
	Гороховое пюре	180	5.4	0.9	15.3	90	309
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	ТТК №6
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92	ТТК №6
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133	349
	Итого за обед:	820	23.56	40.75	116.22	864	
	Итого за день:	1 370	37.36	56.55	210.13	1 439	