



Утверждено
Директор школы
Пантелеева И.С./

Согласовано
Начальник лагеря
Першина Е.С.

Меню на 13.06.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 10 (пятница)

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ткк	Каша рисовая вязкая с маслом	200	11,59	11,87	47,59	290,53
ткк	Бутерброд с сыром	40	4,70	7,08	11,62	124,86
пп	Фрукт свежий (банан)	100	1,50	2,50	11,00	54,50
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
146/2008г	Чай с лимоном	200	0,30	0,0	2,20	69,90
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		580	21,17	21,77	92,21	634,20
ОБЕД						
104/2017	Суп с мясными фрикадельками	200	3,36	8,624	13,904	103,2
ткк	Каша пшенная без молока	150	2,03	3,36	50,70	224,40
ткк	Котлета,рубленная из мяса кур	90	13,48	9,95	9,02	242,37
141/2008г	Соус томатный	40	1,04	3,84	3,76	53,76
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		760	29,50	30,33	127,834	904,77
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			50,67	52,10	220,04	1538,97

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 10 (пятница)

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ткк	Каша рисовая вязкая с маслом	200	11,59	11,87	47,59	290,53
ткк	Бутерброд с сыром	55	6,46	9,74	15,98	171,69
пп	Фрукт свежий (банан)	120	1,80	3,00	13,20	65,40
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
146/2008г	Чай с лимоном	200	0,30	0,0	2,20	69,90
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		625	24,00	25,00	103,72	715,52
ОБЕД						
104/2017	Суп с мясными фрикадельками	250	4,2	4,78	7,38	106
ткк	Каша пшенная без молока	200	2,70	4,48	70,60	280,20
ткк	Котлета,рубленная из мяса кур	100	14,98	16,65	10,02	262,30
141/2008г	Соус томатный	50	1,3	4,8	4,7	67,2
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ОБЕД:		910	34,97	35,54	157,442	1065,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			58,97	60,54	261,16	1780,65