



Утверждено
Директор школы:

Пантелеева И.С./

Согласовано

Начальник лагеря

Першина Е.С.

Меню на 14.06.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 11 (суббота)

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Суп молочный с макаронными изделиями	250	11,50	9,92	25,55	252,50
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	50	3,06	10,69	18,28	194,04
пп	Фрукт свежий (яблоко)	170	4,08	0,68	16,66	75,48
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		700	21,15	21,53	89,34	649,62
ОБЕД						
30/2008г	Винегрет	60	7,08	7,56	16,14	91,67
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	5,13	24,85	209,23
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,56
ттк	Рыба припущенная с овощами (горбуша)	90	12,25	8,47	23,20	213,84
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
267/2013г	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,83
ИТОГО ЗА ОБЕД:		840	29,94	30,75	130,39	896,53
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			51,09	52,27	219,72	1546,15

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 11 (суббота)

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 11 (суббота)

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ттк	Суп молочный с макаронными изделиями	250	10,50	8,52	21,55	211,50
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	55	3,37	11,76	20,10	199,375
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	3,60	0,60	14,70	66,60
149/2008г	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		705	21,52	21,28	95,10	652,28
ОБЕД						
30/2008г	Винегрет	100	11,80	5,00	27,90	42,78
60/2013г	Рассольник ленинградский	250	2,93	6,38	24,85	239,98
92/2008г	Картофельное пюре	200	4,20	9,00	29,20	214,56
ттк	Рыба припущенная с овощами (горбуша)	100	14,00	14,13	30,78	372,60
	Хлеб пшеничный	35	2,695	0,28	17,325	82,60
267/2013г	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,83
ИТОГО ЗА ОБЕД:		885	36,02	35,05	147,25	1025,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			57,54	56,33	242,35	1677,63