



Утверждено  
Директор школы:  
/Пантелеева И.С./

Согласовано  
Начальник лагеря  
/Першина Е.С.

### Меню на 23.06.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 18 (понедельник)

| Возрастная категория: 7-11 лет |                                                      |              |                      |       |          |                   |
|--------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|-------------------|
| № рец.                         | Наименование блюда                                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергет. Ценность |
|                                |                                                      |              | Белки                | Жиры  | Углеводы |                   |
| ЗАВТРАК                        |                                                      |              |                      |       |          |                   |
| ттк                            | Каша вязкая ячневая с маслом                         | 200          | 14,40                | 10,67 | 44,67    | 319,33            |
| 1/2013г                        | Бутерброд с маслом сливочным                         | 50           | 3,06                 | 10,69 | 18,28    | 194,04            |
| пп                             | Фрукт свежий (яблоко)                                | 150          | 3,60                 | 0,60  | 14,70    | 66,60             |
| 261/2013г                      | Чай с сахаром                                        | 200          | 0,20                 | 0,00  | 14,00    | 56,80             |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:              |                                                      | 600          | 21,26                | 21,95 | 91,64    | 636,77            |
| ОБЕД                           |                                                      |              |                      |       |          |                   |
| 39/2017                        | Салат картофельный с кукурузой , морковью и огурцами | 100          | 3,36                 | 7,07  | 15,24    | 182,44            |
| ттк                            | Суп "Снежок"с мясом птицы                            | 200          | 7,30                 | 7,20  | 12,20    | 157,30            |
| 92/2008г                       | Картофельное пюре                                    | 150          | 3,15                 | 6,75  | 21,90    | 160,95            |
| ттк                            | Гуляш из мяса кур                                    | 100          | 12,01                | 9,00  | 13,39    | 235,02            |
|                                | Хлеб пшеничный                                       | 40           | 3,08                 | 0,32  | 19,8     | 94,40             |
| пп                             | Сок фруктовый                                        | 200          | 1,00                 | 0,20  | 47,20    | 86,60             |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                 |                                                      | 790          | 29,90                | 30,54 | 129,73   | 916,71            |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                 |                                                      |              | 51,16                | 52,49 | 221,38   | 1553,49           |

Возрастная категория: 12-18 лет

День: 18 (понедельник)

| Возрастная категория: 12-18лет |                                                      |              |                      |       |          |                   |
|--------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|-------------------|
| № рец.                         | Наименование блюда                                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергет. Ценность |
|                                |                                                      |              | Белки                | Жиры  | Углеводы |                   |
| ЗАВТРАК                        |                                                      |              |                      |       |          |                   |
| тгк                            | Каша вязкая ячневая с маслом                         | 220          | 15,84                | 11,73 | 49,13    | 351,27            |
| 1/2013г                        | Бутерброд с маслом сливочным                         | 60           | 3,68                 | 12,83 | 21,93    | 232,85            |
| пп                             | Фрукт свежий (яблоко)                                | 150          | 3,60                 | 0,60  | 14,70    | 66,60             |
| 261/2013г                      | Чай с сахаром                                        | 200          | 0,20                 | 0,00  | 14,00    | 56,80             |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:              |                                                      | 630          | 23,32                | 25,16 | 99,76    | 707,51            |
| ОБЕД                           |                                                      |              |                      |       |          |                   |
| 39/2017                        | Салат картофельный с кукурузой , морковью и огурцами | 90           | 3,02                 | 6,36  | 13,72    | 164,20            |
| тгк                            | Суп "Снежок"с мясом птицы                            | 250          | 9,13                 | 9,00  | 15,25    | 196,63            |
| 92/2008г                       | Картофельное пюре                                    | 250          | 5,25                 | 11,25 | 36,50    | 268,25            |
| тгк                            | Гуляш из мяса кур                                    | 100          | 12,01                | 9,00  | 13,39    | 235,02            |
|                                | Хлеб пшеничный                                       | 60           | 4,62                 | 0,48  | 29,7     | 141,60            |
|                                | Сок фруктовый                                        | 200          | 1,00                 | 0,20  | 47,20    | 86,60             |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:                 |                                                      | 950          | 35,03                | 36,29 | 155,76   | 1092,30           |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:                 |                                                      |              | 58,34                | 61,45 | 255,52   | 1799,81           |