



Согласовано  
Начальник лагеря  
*Першина Е.С.*

**Меню на 10.06.2025г.**

Возрастная категория: 7-11 лет

День: 8 (вторник)

| № рец.            | Наименование блюда                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергет. Ценность |
|-------------------|----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|-------------------|
|                   |                                                    |              | Белки                | Жиры  | Углеводы |                   |
| ЗАВТРАК           |                                                    |              |                      |       |          |                   |
| ттк               | Сырники творожные запеченные                       | 160          | 15,36                | 16,43 | 45,12    | 448,43            |
|                   | Фрукт свежий (апельсин)                            | 150          | 0,90                 | 0,20  | 9,50     | 23,40             |
| пп                | Молоко сгущенное с сахаром                         | 50           | 1,78                 | 1,25  | 22,75    | 73,55             |
| 148/2008г         | Кофейный напиток с молоком                         | 200          | 3,46                 | 3,78  | 13,28    | 100,24            |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: |                                                    | 560          | 21,49                | 21,65 | 90,65    | 645,62            |
| ОБЕД              |                                                    |              |                      |       |          |                   |
|                   | конфеты                                            | 50           | 0,2                  | 0     | 38       | 146,5             |
| 39/2008г          | Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной   | 200          | 5,22                 | 8,32  | 11,12    | 175,10            |
| ттк               | Запеканка картофельная с отварным мясом (говядина) | 240          | 18,09                | 21,6  | 29,07    | 355,2             |
|                   | Хлеб пшеничный                                     | 40           | 3,08                 | 0,32  | 19,8     | 94,40             |
|                   | Хлеб ржано-пшеничный                               | 40           | 2,64                 | 0,44  | 17,56    | 84,76             |
| 261/2013г         | Чай с сахаром                                      | 200          | 0,20                 | 0,0   | 14,00    | 56,80             |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:    |                                                    | 770          | 29,42                | 30,68 | 129,55   | 912,764           |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:    |                                                    |              |                      |       |          |                   |
|                   |                                                    |              | 50,91                | 52,33 | 220,20   | 1558,381          |

Возрастная категория: 12-18лет

День: 8 (вторник)

| № рец.            | Наименование блюда                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергет. Ценность |
|-------------------|----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|-------------------|
|                   |                                                    |              | Белки                | Жиры  | Углеводы |                   |
| ЗАВТРАК           |                                                    |              |                      |       |          |                   |
| ттк               | Сырники творожные запеченные                       | 200          | 19,20                | 20,53 | 56,40    | 560,53            |
|                   | Фрукт свежий (апельсин)                            | 150          | 0,90                 | 0,20  | 9,50     | 23,40             |
| пп                | Молоко сгущенное с сахаром                         | 55           | 1,95                 | 1,375 | 25,03    | 80,905            |
| 148/2008г         | Кофейный напиток с молоком                         | 200          | 3,46                 | 3,78  | 13,28    | 100,24            |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: |                                                    | 605          | 25,51                | 25,88 | 104,21   | 765,08            |
| ОБЕД              |                                                    |              |                      |       |          |                   |
|                   | конфеты                                            | 60           | 0,24                 | 0     | 45,6     | 154               |
| 39/2008г          | Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной   | 250          | 6,52                 | 10,40 | 13,90    | 218,88            |
| ттк               | Запеканка картофельная с отварным мясом (говядина) | 250          | 21,4                 | 24,5  | 31,28    | 420               |
|                   | Хлеб пшеничный                                     | 50           | 3,85                 | 0,40  | 24,75    | 118,00            |
|                   | Хлеб ржано-пшеничный                               | 50           | 3,3                  | 0,55  | 21,95    | 105,95            |
| 261/2013г         | Чай с сахаром                                      | 200          | 0,20                 | 0,0   | 14,00    | 56,80             |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:    |                                                    | 860          | 35,51                | 35,85 | 151,48   | 1073,63           |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:    |                                                    |              |                      |       |          |                   |
|                   |                                                    |              | 61,02                | 61,73 | 255,69   | 1838,708          |