«УТВЕРЖДАЮ»
директор МОУ «Новотроицкая СОШ»
_____/Ивановичева И.В./

Меню
Детского оздоровительного лагеря труда и отдыха «Ритм»
на «16» июня 2025 г.

№ технологической	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				Стоимость
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	
Завтрак															
284	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5,5	6,6	0	81,2	0,2	0	0	0,1	2	6,8	42,5	0,5	
382	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	2,9	2,5	24,8	134	0,04	1	0,01	0	121	14	90	1	
173	КАША МОЛОЧНАЯ «ДРУЖБА»	250	8,92	12,03	40,16	304,58	0,12	1,94	0,08	0,97	205,64	29,1	170,72	1,94	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	80	7,5	2,9	51,4	262	0,1	0	0	0	19	13	65	1	
Итого за прием пищи:			**26,3**	**34,3**	**134,2**	**955,3**	**0,54**	**3,5**	**0,18**	**2,3**	**287,3**	**95,6**	**414,0**	**5,1**	
Обед															
32	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	200	1,1	5,1	3,1	63,2	0	23,3	0	2,2	41,6	12,3	38,3	0,9	
304	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250	9,5	10,7	26,3	240,3	0,4	7,4	0,2	2,5	45,9	47,0	126,7	2,6	
228	МЯСО ПТИЦ ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	100	28,7	1,1	0,6	125,9	0,2	1,0	0,1	1,7	44,2	51,5	351,1	0,8	
123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	5	8,1	41,3	259,4	0,2	20,9	0,1	0,5	24,4	54	137,6	2,3	
171	КОМПОТ АССОРТИ	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	15	0,01	0,5	21	16	23	0,7	
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	80/93,33	6,6	0,9	42,4	204	0,2	0	0	2,2	18	19	87	4	
	ПЕЧЕНЕ	80	6,6	0,9	42,4	204	0,2	0	0	2,2	18	19	87	4	
	ФРУКЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	200	0,8	0,8	19,6	94	0,1	20	0	1,3	32	16	22	4,4	
Итого за прием пищи:			**57,06**	**52,0**	**171,5**	**1383,83**	**1,13**	**54,2**	**0,64**	**10,0**	**216,57**	**208,69**	**826,52**	**12,2**	
Всего за день:			**73,31**	**70,69**	**419,40**	**2225,81**	**1,26**	**47,925**	**1,0**	**9,22**	**849,75**	**391,58**	**1116,04**	**16,61**	**235,70**

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ_____/Вишнякова А.Н./ПОВАР_____/Шумкина И.Н./