


 «УТВЕРЖДАЮ»
 директор МОУ «Новотроицкая СОШ»
 Иванювичева И.В./

Меню
 Детского оздоровительного лагеря труда и отдыха «Ритм» на «20» июня 2025

№ техн о-гическо й	Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				Стоимость
			Белки, г	Жиры, г	Угледов ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, 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 (ПОРЦИОННО)	20	2,2	10,2	5	117	0,04	43	0,1	4,8	21	14	24	1,2	
39	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	250	20,7	34,0	2,6	400,6	0,1	0,3	0,4	2,5	313,9	24,0	328,3	2,5	
382	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	0	0	14,6	58,1	0	0	0	0	6,2	1,4	0	0	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	80	7,5	2,9	51,4	262	0,1	0	0	0	19	13	65	1	
	ПЕЧЕНЬЕ	70	30,5	55,4	73,7	912,7	0,24	43,3	0,57	7,4	361,1	52,4	419,3	4,7	
Итого за прием пищи:			22,49	30,98	113,50	816,23	0,41	0,8	2,12	4	462,74	86,48	444,73	2,9	
45	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И ПОМИДОРОЙ	200	0,9	5,1	3,4	65,0	0	16,0	0,1	2,3	17,6	15,5	32,6	1,0	
201	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250	2,1	9,1	16,9	159,9	0,1	8,9	0,3	0,4	35,3	30,6	71,1	1,5	
312	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	10,2	15,3	10,3	218,5	0	1	0	3,6	13,8	13,7	94,5	1,5	
123	МЯСО КУР ТУШЁННОЕ С ОВОЩАМИ	200	5,0	7,4	36,2	242,7	0,2	18,3	0,1	0,4	79,1	52,9	224,8	5,3	
171	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И АПЕЛЬСИН	200	0,5	0,1	36,1	147,4	0	0	0	0	24,4	9,7	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	
	ПРЯНИК	60	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	3	1	42	192	0,1	20	0,1	1	16	84	56	1,2	
Всего за день:			109,58	66,09	327,40	2185,13	1,26	47,925	1,0	9,22	849,75	391,58	1116,04	16,61	235,70

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ  Вшнякова А.Н.
 ПОВАР  /Шумкина И.Н./