

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор МОУ «Новотроицкая СОШ»  
 Иванювцева И.В./

Меню

Детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Романтик»  
 на «8» июня 2025 г.

№ технологической	Примем 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	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
<b>Завтрак</b>															
284	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	5,78	7,45	0	91,29	0,01	0	0,08	0,16	221,1	9,21	125,63	0,25	
382	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	3,5	3,52	14,6	58,1	0	0	0	0	6,2	1,4	0	0	
189	КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС»	250	7,4	12,2	44,7	318,9	0,1	0,8	0,1	0,4	168,4	38,4	172,5	0,6	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	7,5	2,9	51,4	262	0,1	0	0	0	19	13	65	1	
	ПЕЧЕНЬЕ	60	3,5	2,8	45	219,6	0	0	0	0	6,6	5,4	30	0,5	
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>26,3</b>	<b>34,3</b>	<b>134,2</b>	<b>955,3</b>	<b>0,54</b>	<b>3,5</b>	<b>0,18</b>	<b>2,3</b>	<b>287,3</b>	<b>95,6</b>	<b>414,0</b>	<b>5,1</b>	
<b>Обед</b>															
45	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, ПОМИДОРЫ И ОГУРЦА	100	0,6	0,1	2	11,2	0	8	0	0,1	18,3	11,2	33,5	0,8	
104	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,2	10,1	15,4	183,6	0,2	18,2	0,1	1,7	84,1	64,0	121,7	3,0	
37	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	75/75	19,9	25,0	0	303,5	0,1	0,8	0,1	2,3	16,2	18,3	167,1	1,6	
203	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	150	10,2	10,7	46,0	320,0	0,3	0	0,1	5,7	27,4	150,7	224,8	5,3	
377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,15	2,25	3,9	171	0	25	0	0	1,1	0,36	0	0	
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	84/60	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 (БАНАН)	200	3	1	42	192	0,1	20	0,1	0	16	84	56	1,2	
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>50,35</b>	<b>50,95</b>	<b>131,5</b>	<b>1297,3</b>	<b>0,8</b>	<b>47,3</b>	<b>1,1</b>	<b>7,0</b>	<b>218,8</b>	<b>187,26</b>	<b>610,8</b>	<b>12,5</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>73,31</b>	<b>70,69</b>	<b>419,40</b>	<b>2225,81</b>	<b>1,26</b>	<b>47,925</b>	<b>1,0</b>	<b>9,22</b>	<b>849,75</b>	<b>391,58</b>	<b>1116,04</b>	<b>16,61</b>	<b>217,85</b>

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ *Шаткова Л.В./ЛОВАР* /Шумкина И.Н./