



«УТВЕРЖДАЮ»  
 директор ФГБУ «Новотроицкая СОШ»  
 /Ивановичева И.В./

**Меню  
 Детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием «Романтик»  
 на «30» октября 2024 г.**

№ техоло-гическо-й	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				Стоимость	
			Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг		Fe, мг
<b>Завтрак</b>															
284	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	11,25
39	КАША МОЛОЧНАЯ «ГЕРКУЛЕС»	250	10,3	14,0	57,9	403,1	0,2	2,5	0,1	2,1	144,3	61,8	214,5	2,6	23,09
382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	24,8	134	0,04	1	0,01	0	121	14	90	1	15,24
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	7,5	2,9	51,4	262	0,1	0	0	0	19	13	65	1	4,6
	ПРЯНИК	50	7,5	2,9	51,4	262	0,1	0	0	0	19	13	65	1	13,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>25,29</b>	<b>33,38</b>	<b>202,50</b>	<b>874,23</b>	<b>0,41</b>	<b>0,8</b>	<b>2,12</b>	<b>4</b>	<b>462,74</b>	<b>86,48</b>	<b>444,73</b>	<b>2,9</b>	<b>67,68</b>
<b>Обед</b>															
19	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	160	0,7	3,1	2,3	39,7	0	9,1	0	1,4	20,9	12,7	38,3	0,9	28,53
88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ	250	6,7	17,1	17,3	252,0	0,2	14,8	0,3	0,4	58,3	39,2	108,8	1,6	13,05
312	МЯСА КУР ТУШЕННОЕ С ОВОЩАМИ	130	14,5	20,3	20,1	319,9	0	2,7	0,1	1,6	33,4	27,3	161,2	2,6	28,62
171	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,247	3,831	23,429	141,566	0,173	27,995	48,800	0,179	40,220	96,820	34,510	1,336	9,92
	ЧАЙ	200	0,5	0,1	36,1	147,4	0	0	0	0	24,4	9,7	23,2	0,5	11
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	84/60	12	1,6	77,1	370,8	0,3	0	0	4	32,7	34,5	158,2	7,3	9,5
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	170	0,8	0,6	19,6	94	0	10	0	1,3	32	16	22	4,4	32,3
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>45,02</b>	<b>37,31</b>	<b>216,9</b>	<b>1351,58</b>	<b>0,71</b>	<b>45,5</b>	<b>0,7</b>	<b>6,6</b>	<b>158,9</b>	<b>151,3</b>	<b>578,3</b>	<b>11,5</b>	<b>200,54</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>200,54</b>
НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ <u>Алексей</u> /Вшнякова А.Н./ ЛЮБАР <u>ИИ</u> /Шумкина И.Н./															