



Утверждаю  
Начальник лагеря  
Н.В. Сакович

Меню на среду  
04.06.2025  
(для воспитанников 7-11 лет)

| Школа      | МБОУ "Балезинская СОШ № 1" |           |                                       | Отд./корп | День   |              |       |       |          |
|------------|----------------------------|-----------|---------------------------------------|-----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Прием пищи | Раздел                     | № рецепта | Блюдо                                 | Выход     | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
| Завтрак    | Гор.блюдо                  | 130       | Каша рисовая молочная жидкая с маслом | 150/5     |        |              |       |       |          |
|            | гор. напиток               | 685М      | Чай с сахаром                         | 200       | 22,1   | 129,00       | 1,65  | 6,15  | 15,75    |
|            |                            |           | Хлеб пшеничный                        | 31        | 3,09   | 58,00        | 0,02  | 0,00  | 15,00    |
|            | ИТОГО                      |           |                                       | 386       | 3,97   | 94,00        | 3,10  | 0,40  | 19,30    |
| Обед       |                            | 576       | Овощная нарезка (помидор свежий)      | 60        | 21,62  | 13,8         | 0,66  | 0,12  | 2,28     |
|            | 1 блюдо                    |           | Суп "Пуштые шyd"                      | 250       | 18,14  | 151,90       | 7,90  | 7,50  | 16,50    |
|            | гарнир                     | 302М      | Каша пшеничная вязкая                 | 150       | 13,29  | 180,00       | 4,35  | 6,90  | 23,85    |
|            | 2 блюдо                    | 388       | Котлета рыбная                        | 90        | 62,29  | 208,40       | 12,40 | 10,70 | 16,50    |
|            | напиток                    | 153       | Компот из сухофруктов                 | 200       | 7,3    | 124,00       | 0,54  | 0     | 28,20    |
|            | хлеб                       |           | Хлеб пшеничный                        | 31        | 3,97   | 186,40       | 6,27  | 0,8   | 38,53    |
|            | хлеб                       |           | Хлеб ржаной                           | 34        | 3,66   | 53,75        | 2,42  | 0,5   | 15,91    |
|            |                            |           | Фрукт (апельсин)                      | 340       | 71,76  | 85,40        | 1,90  | 0,4   | 16,2     |
|            | ИТОГО                      |           |                                       | 1155      | 202,03 | 1003,65      | 36,44 | 26,92 | 157,97   |
|            | Итого                      |           |                                       | 1541      | 231,19 | 1284,65      | 41,21 | 33,47 | 208,08   |

Меню  
(на детей из семей находящихся в ТЖС, СВО)

| Школа      | МБОУ "Балезинская СОШ № 1" |           |                                       | Отд./корп | День   |              |       |       |          |
|------------|----------------------------|-----------|---------------------------------------|-----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Прием пищи | Раздел                     | № рецепта | Блюдо                                 | Выход     | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
| Завтрак    | Гор.блюдо                  | 130       | Каша рисовая молочная жидкая с маслом | 150/5     |        |              |       |       |          |
|            | гор. напиток               | 685М      | Чай с сахаром                         | 200       | 22,1   | 129,00       | 1,65  | 6,15  | 15,75    |
|            |                            |           | Хлеб пшеничный                        | 31        | 3,09   | 58,00        | 0,02  | 0,00  | 15,00    |
|            | ИТОГО                      |           |                                       | 386       | 3,97   | 94,00        | 3,10  | 0,40  | 19,30    |
| Обед       |                            | 576       | Овощная нарезка (помидор свежий)      | 60        | 21,62  | 13,8         | 0,66  | 0,12  | 2,28     |
|            | 1 блюдо                    |           | Суп "Пуштые шyd"                      | 250       | 18,14  | 151,90       | 7,90  | 7,50  | 16,50    |
|            | гарнир                     | 302М      | Каша пшеничная вязкая                 | 150       | 13,29  | 180,00       | 4,35  | 6,90  | 23,85    |
|            | 2 блюдо                    | 388       | Котлета рыбная                        | 90        | 62,29  | 208,40       | 12,40 | 10,70 | 16,50    |
|            | напиток                    | 153       | Компот из сухофруктов                 | 200       | 7,3    | 124,00       | 0,54  | 0     | 28,20    |
|            | хлеб                       |           | Хлеб пшеничный                        | 31        | 3,97   | 186,40       | 6,27  | 0,8   | 38,53    |
|            | хлеб                       |           | Хлеб ржаной                           | 34        | 3,66   | 53,75        | 2,42  | 0,5   | 15,91    |
|            |                            |           | Фрукт (апельсин)                      | 340       | 71,76  | 85,40        | 1,90  | 0,4   | 16,2     |
|            | ИТОГО                      |           |                                       | 1155      | 202,03 | 1003,65      | 36,44 | 26,92 | 157,97   |
|            | Итого                      |           |                                       | 1541      | 231,19 | 1284,65      | 41,21 | 33,47 | 208,08   |