



Утверждаю
Заведующий лагеря
Н.В. Сакович

Меню на среду
11.06.2025
(для воспитанников 7-11 лет)

Школа	МБОУ "Балезинская СОШ № 1"			Отд./корп		День		11.06.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор блюдо	130	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	150/5	24,07	129,00	1,65	6,15	15,75
	гор. напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
			Хлеб пшеничный	31	3,97	94,00	3,10	0,40	19,30
	ИТОГО			386	31,13	281	4,77	6,55	50,05
Обед		576	Овощная нарезка (огурец свежий)	60	18,23	8,4	0,48	0,06	2,04
	1 блюдо	41	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	22,96	109,00	2,30	6,30	10,30
	гарнир	97	Макаронные изделия отварные	180	17,84	264,60	6,24	7,32	42,24
	2 блюдо	75И	Котлета «Детская»	90	54,36	203,20	12,87	12,10	11,30
	напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
	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 (мандарин)	164	50,98	85,40	1,30	0,49	13,2
	ИТОГО			1019	175,09	968,75	31,9	27,57	148,52
	Итого			1145	206,22	1249,75	36,67	34,12	198,52

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

Школа	МБОУ "Балезинская СОШ № 1"			Отд./корп		День		11.06.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор блюдо	130	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	150/5	24,07	129,00	1,65	6,15	15,75
	гор. напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
			Хлеб пшеничный	31	3,97	94,00	3,10	0,40	19,30
	ИТОГО			386	31,13	281	4,77	6,55	50,05
Обед		576	Овощная нарезка (огурец свежий)	60	18,23	8,4	0,48	0,06	2,04
	1 блюдо	41	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	22,96	109,00	2,30	6,30	10,30
	гарнир	97	Макаронные изделия отварные	180	17,84	264,60	6,24	7,32	42,24
	2 блюдо	75И	Котлета «Детская»	90	54,36	203,20	12,87	12,10	11,30
	напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
	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 (мандарин)	164	50,98	85,40	1,30	0,49	13,2
	ИТОГО			1019	175,09	968,75	31,90	27,57	148,52
	Итого			1145	206,22	1249,75	36,67	34,12	198,52