



Утверждаю
Начальник лагеря
Н.В. Сакович

Меню на пятницу
20.06.2025
(для воспитанников 7-11 лет)

Школа	МБОУ "Балезинская СОШ № 1"			Отд./корп		День		20.06.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо		Каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом	150/5	18,81	180,00	5,25	6,90	25,00
	гор. напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	31	3,97	94,00	3,10	0,40	19,30
	ИТОГО			386	25,87	332	8,37	7,3	59,3
Обед		576	Овощная нарезка (помидор свежий)	60	21,62	13,8	0,66	0,12	2,28
	1 блюдо	47	Суп картофельный с бобовыми	250	18,11	167,00	6,20	5,70	22,30
	2 блюдо	462	Тефтели с рисом	90	48,53	273,30	13,20	17,60	14,60
	гарнир	97	Макаронные изделия отварные	150	17,84	220,50	5,25	6,15	35,25
	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 (апельсин)	271	61,47	115,70	2,57	0,54	21,9
	ИТОГО			1086	178,29	1088,45	36,59	31,41	165,77
Итого			1472	204,16	1420,45	44,96	38,71	225,07	

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

Школа	МБОУ "Балезинская СОШ № 1"			Отд./корп		День		20.06.2025	
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо		Каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом	150/5	18,81	180,00	5,25	6,90	25,00
	гор. напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	31	3,97	94,00	3,10	0,40	19,30
	ИТОГО			386	25,87	332	8,37	7,3	59,3
Обед		576	Овощная нарезка (помидор свежий)	60	21,62	13,80	0,66	0,12	2,28
	1 блюдо	47	Суп картофельный с бобовыми	250	18,11	167,00	6,20	5,70	22,30
	2 блюдо	462	Тефтели с рисом	90	48,53	273,30	13,20	17,60	14,60
	гарнир	97	Макаронные изделия отварные	150	17,84	220,50	5,25	6,15	35,25
	напиток	685М	Чай с сахаром	200	3,09	58,00	0,02	0,00	15,00
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	31	3,97	186,40	6,27	0,8	38,53
	хлеб бел.		Хлеб ржаной	34	3,66	53,75	2,42	0,5	15,91
			Фрукт (апельсин)	271	61,47	115,7	2,57	0,54	21,9
	ИТОГО			1086	178,29	1088,45	36,59	31,41	165,77
	Итого		1472	204,16	1420,45	44,96	38,71	225,07	