

Утверждаю
Начальник лагеря
Н.В. Сакович

Меню на пятницу
30.05.2025
(для воспитанников 7-11 лет)

Школа	МБОУ "Балезинская СОШ № 1"			Отд./корп		День		30.05.2025	
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		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)	150	54,76	85,40	1,90	0,4	16,2
	ИТОГО			1005	178,87	968,75	32,5	27,48	151,52
	Итого			1391	210	1249,75	37,27	34,03	201,57

Меню
(на детей из семей находящихся в ТЖС)

Школа	МБОУ "Балезинская СОШ № 1"			Отд./корп		День		30.05.2025	
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		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 бел.		Хлеб пшеничный	31	3,97	186,40	6,27	0,8	38,53
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	34	3,66	53,75	2,42	0,5	15,91
			Фрукт (мандарин)	150	54,76	85,40	1,90	0,4	16,2
	ИТОГО			1005	178,87	968,75	32,50	27,48	151,52
	Итого			1391	210	1249,75	37,27	34,03	201,57