

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №23

с. Новозаведенного

Е.Р.Дзюбанюк

МЕНЮ

для лагерей с дневным пребыванием детей в период школьных летних каникул 2025 года

для детей в возрасте от 11 до 15 лет

на 07.06.2025

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРА К	<i>Яйцо вареное</i>	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	<i>Икра кабачковая</i>	100	1,40	4,80	8,50	83,00
	<i>Компот из лимонов</i>	200	0,08	0,00	27,08	108,60
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,37	0,30	14,50	71,00
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	1,32	0,24	6,68	34,60
	<i>Фрукты свежие (яблоко)</i>	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00
	<i>Итого</i>	500	10,67	15,85	69,66	484,2
ОБЕД	<i>Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)</i>	60	0,72	0,12	2,76	15,60
	<i>Суп картофельный с бобовыми (фасоль)</i>	250	5,18	5,35	23,60	163,25
	<i>Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом сливочным 72,5% жирности</i>	90/5	13,32	16,92	10,44	24,66
	<i>Каша рассыпчатая пшениная с овощами</i>	180	4,20	4,49	41,63	223,20
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	180	4,20	4,49	41,63	223,20
	<i>Хлеб пшеничный</i>	200	0,08	0,00	21,82	87,60
	<i>Хлеб ржаной</i>	30	2,37	0,30	14,50	71,00
	<i>Итого</i>	20	1,32	0,24	6,68	34,60
	<i>Итого день</i>	835	31,39	31,91	163,06	843,11
	<i>Итого день</i>	1335	42,06	47,76	232,72	1327,31