

Утверждаю:



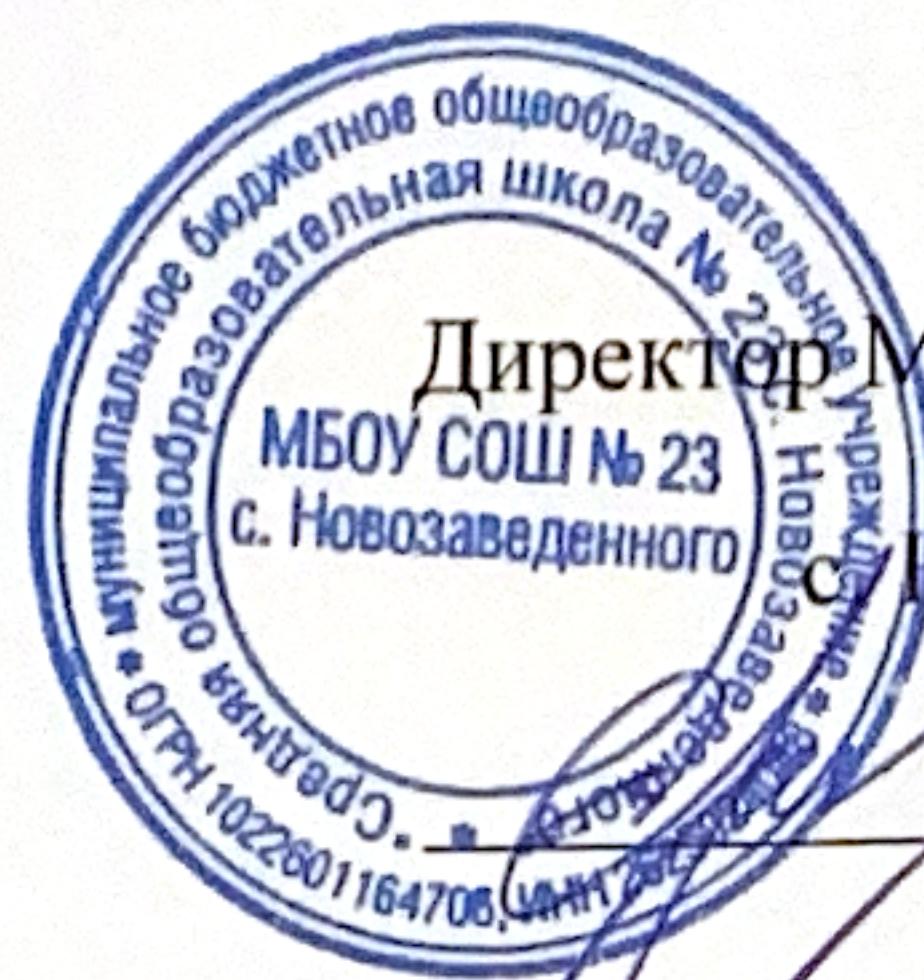
Директор МБОУ СОШ №23

Е.Р.Дзюбанюк

МЕНЮ

для лагерей с дневным пребыванием детей в период школьных летних каникул 2025 года
для детей в возрасте от 6 до 10 лет
на 11.07.2025

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал
9 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	90/5	15,2	22,6	14,8	324
	Капуста тушеная	150	3,11	4,01	20,10	253,85
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60
	Итого	522	22,1	27,15	71,08	743,45
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60
	Свекольник	205	1,34	2,90	10,25	72,73
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60
	Рис отварной	150/5	3,77	6,11	41,4	235,65
	Кисель из повидла	200	0,34	0,00	24,26	98,40
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60
	Итого	805	22,6	16,39	106,57	666,58
	Итого день	1327	44,7	43,54	177,65	1410



Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №23

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 11.07.2025

Прием пищи	Наименование блюд	выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал
9 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	100/5	15,2	22,6	14,8	324
	Капуста тушеная	180	3,73	4,81	24,12	154,62
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60
	Итого	550	22,72	27,95	75,1	644,22
ОБЕД	Овощи свежие в нарезке (помидоры или огурцы)	60	0,72	0,12	2,76	15,60
	Свекольник	250/10	0,79	3,87	13,67	96,97
	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,60
	Рис отварной	180	4,52	7,33	49,68	282,78
	Кисель из повидла	200	0,34	0,00	24,26	98,40
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,60
	Итого	890	22,8	18,58	118,27	737,95
	Итого день	1440	45,52	46,53	193,37	1382,17