

День 7:

МОУ «СОШ № 1»

МЕНЮ на 10 июля 2025г.

Утверждаю:
Начальник лагеря МОУ «СОШ № 1»
Л.Л.Цицелина

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	цена
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК:							
219	Сырники из творога со сметаной	200/30	37,60	30,00	25,60	520,00	86,47
393	Кофейный напиток	200	0,12	0,02	10,2	41,0	3,49
1	Зефир бело-розовый	30	1,20	8,68	14,40	137,25	11,83
1	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,50	24,15	116,60	1,96
ОБЕД:							
67	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,74	4,88	5,03	84,75	11,64
561	Цыпленок-бройлер тушеный в соусе с овощами	90/80	19,27	24,46	39,73	416,00	50,68
378	Рис припущенный	180	4,65	5,43	20,93	151,20	11,33
71	Помидоры свежие в нарезке	60	0,50	0,0	2,04	9,60	9,10
376	Компот из свежих фруктов	200	0,44	0,00	27,08	113,00	7,02
1	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,50	24,15	116,60	1,96
1	Хлеб ржаной	30	1,98	0,4	0,36	52,2	1,35
	Итого за день:		70,25	69,44	170,70	1507,40	176,41

Повар



В.В.Решетникова