

День 10:

МОУ «СОШ № 1»

МЕНЮ на 11.07 2025г.

Утверждаю:  
Начальник лагеря МОУ «СОШ № 1»  
И.Д.Гончар



№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена
			Б	Ж				
<b>ЗАВТРАК:</b>								
563	Макаронные изделия с сыром	230	11,70	15,30	12,40	324	23,35	
71	Помидоры свежие в нарезке	60	0,50	0,0	2,04	9,60	9,10	
392	Чай с сахаром	200/15	0,06	0,02	11,30	45,26	2,02	
1	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,50	24,15	116,60	1,96	
<b>ОБЕД:</b>								
63	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,68	5,30	5,83	122,9	15,10	
801	Зразы рубленые из говядины	100	11,90	17,30	8,80	238,50	29,00	
321	Овощное рагу	180	3,67	5,76	2,36	164,64	19,71	
71	Огурцы свежие в нарезке	60	0,58	3,06	3,08	42,24	12,19	
378	Кисель из сока фруктового	200	0,09	0,0	20,15	105,20	7,61	
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:		38,84	55,74	118,83	1230,20	130,41	

Повар *Решетникова* В.В.Решетникова