

День 3:

МОУ «СОШ № 1»

МЕНЮ на 16.07 2025г.

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

№ ре- цеп- тур- ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци- и	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценно- сть(ккал)	цена
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК:							
168	Каша молочная манная с маслом сливочным крестьянским.	250/5	5,51	7,28	39,3 6	245,00	15,97
397	Какао с молоком	200	3,50	3,02	13,8 5	98,00	10,83
1	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,50	24,1 5	116,60	1,96
421	Сдоба обыкновенная	50	4	2,6	27,1	148	4,59
ОБЕД:							
63	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/8	2,94	4,24	4,66	98,3	12,81
608	Тефтели из мяса говядины в сметанном соусе с луком	90/80	13,50	23,50	20,5 0	348,30	56,70
313	Каша пшеничная вязкая	180	6,31	4,54	1,09	221,00	6,97
71	Огурцы свежие в нарезке	60	0,50	0,0	2,04	9,6	9,10
376	Напиток из плодов шиповника	200	0,44	0,0	27,0 8	113,00	7,61
1	Хлеб пшеничный 1 сорт	50	3,95	0,50	24,1 5	116,60	1,96
1	Хлеб ржаной	30	1,98	0,4	0,36	52,2	1,35
	Итого за день:		44,56	43,98	157, 24	1418,62	129,85

Повар  В.В.Решетникова