



Утверждено
директор школы
Канунников.А.С.

Меню 1306 2025

ЗАВТРАК 10

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер. цен Ккал
			Б	Ж	У	
15	Салат из помидоров и огурцов	60	0,42	4,44	1,74	24,6
165	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,23	13	46	330,52
143	Котлеты рыбные	100	10,08	6,2	12,92	100
377	Чай с лимоном	200	9,2	2,28	15,42	114,66
Пр- во	Корж молочный	100	6,7	5,1	50,6	150
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	660	36,83	31,5 2	143,7 8	849,98

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер. цен Ккал
			Б	Ж	У	
45	Икра морковная	80	1,68	5,84	8,24	92
111	Суп -лапша домашняя	200	2,26	3,36	10,5	82,66
401/ 3	Гуляш	90	26,28	26,8 2	4,23	330,52
131	Картофельное пюре	150	3,06	5,28	19,5	140,22
631	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	17,2	68
Пр- во	Пирожки печеные с яблоками	100	5,4	4,5	41,5	228
338	Яблоко	100	0,6	0,6	4,7	70,5
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	820	39,62	49,2 2	90,97	1001,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		76,45	80,7 4	234,7 5	1851,86

Начальник лагеря _____