

День: понедельник

Неделя: первая

Период: лето

Категория: дети 7-11 лет

Утверждаю:  Г.Т.Князева
руководитель лагеря
« 3 » 06 2025 г.

МЕНЮ

школьного лагеря с дневным пребыванием детей
на базе МБОУ «Сартыковская НШ-ДС» (лагеря)

День седьмой

	Наименование	Состав	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий
	ЗАВТРАК					
№ 235 ср 2003г.	Суп молочный со спагетти со сливочным маслом 210	Молоко 147	4	3,23	6,42	70,82
		Спагетти 16	1,74	0,19	10,78	51,79
		Сахар 2			1,53	6,1
		Масло сливочное 10	0,08	6,38	0,12	58,1
№ 3 ср 2003г.	Бутерброд с сыром 60/30	Хлеб пшеничный 60	4,29	0,42	26,86	128,4
		Сыр 30	6,54	7,79		96,26
№ 942 ср 2003г.	Чай с сахаром 200	Чай 1	0,19	0,04	0,06	1,41
		Сахар 7			6,36	25,43
			16,8	18	52,1	438,3
	2 ЗАВТРАК					
	Апельсин 200	Апельсин 200	1,8	0,2	23,6	94
			1,8	0,2	23,6	94
	ОБЕД					
№ 21 ср 2003г.	Салат капусты с морковью 100	Морковь 10	0,12	0,01	0,63	3,08
		Капуста 84	1,42	0,07	3,59	20,72
		Сахар 5			4,54	18,16
		Масло растительное 5		4,4		33,56
№ 206 ср 2003г.	Суп гороховый с тушеной говядиной 250	Мясо говядины 20	3,46	2,79		38,94
		Картофель 62	1,18	0,22	9,27	43,76
		Горох 20	3,85	0,35	9	54,62
		Лук 12	0,13	0,02	0,75	3,67
		Морковь 12	0,12	0,01	0,63	3
		Масло растительное 5		4,4		39,56
№ 565 ср 2003г.	Тефтели в томатном соусе 90	Мясо говядины 87	13,53	10,9		152,21
		Томатная паста 13	0,46	0,05	2,86	13,74
		Рис 9	0,59	0,08	6	27,32
		Масло сливочное 4		3,16		28,48
№ 679 ср 2003г.	Рис отварной 150	Крупа рисовая 54	3,55	0,48	36,36	163,94
		Масло сливочное 7	0,05	4,34	0,08	39,57
№ 868 ср 2003г.	Компот из сухофруктов 200	сухофрукты 26	0,47		13,42	55,57
		Сахар 7			6,36	25,43
	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	2,14	0,21	13,43	64,2
			32,4	31,6	104,5	826,3
		ИТОГО	49	49	156	1264