

День: среда
Неделя: вторая
Период: лето
Категория: дети 7-11 лет

Утверждаю:  Г.Т.Князева
руководитель лагеря
«11» июня 2025 г.

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

День третий

	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 с маслом 60/30/5	Хлеб пшеничный 60	4,29	0,42	26,86	128,4
		Сыр 30	6,54	7,79		96,26
		Масло сливочное 5	0,04	3,19	0,06	29,1
№959 ср 2003г.	Какао 200	Какао 5	1,14	0,66	0,46	12,36
		Молоко 130	3,54	2,86	5,68	62,63
		Сахар 7			6,36	25,43
			21,3	24,7	58,2	540,9
	2 ЗАВТРАК					
	Мандарины 200	Мандарины 200	1		8	66
			1	-	8	66
	ОБЕД					
№ 14 ср 2003г.	Салат из свежих помидоров с маслом 100	Помидоры 91	1	0,18	3,46	19,47
		Масло растительное 5		4,4		39,56
№ 205 ср 2003г.	Суп «Полевой» с тушеной говядиной 250	Мясо говядины 20	3,46	2,79		38,94
		Картофель 50	0,97	0,19	7,92	37,3
		Пшено 10	1	0,29	6	31,14
		Лук 12	0,13	0,02	0,75	3,67
		Морковь 12	0,12	0,01	0,63	3
		Масло растительное 3		2,31		20,77
№ 486 ср 2003г.	Рыба тушеная в сметанном соусе 100	Рыба 120	15,82	0,84		70,84
		Сметана 20	0,49	3,67	0,64	37,54
		Масло растительное 3		2,31		20,77
№693 ср 2003г.	Картофельное пюре 150	Картофель 130	2,37	0,44	18,69	88,23
		Масло сливочное 7	0,05	4,34	0,08	39,57
		Молоко 24	0,65	0,53	1	11,56
№ 883 ср 2003г.	Кисель 200	Кисель 24			20,97	83,87
		Сахар 10			9,08	36,33
	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	2,14	0,21	13,43	64,2
			28,2	22,5	82,6	646,7
		ИТОГО	50	47	148	1253