



«СОГЛАСОВАНО»

Директор школы:

Н. Николаев
А.В. Николаев

**Меню в пришкольном лагере «РОСТ»
МБОУ - Узякской средней общеобразовательной школы
Тюлячинского муниципального района РТ
27.10.2025 г.**

1 день					
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Каша молочная вязкая пшениная с маслом сливочным	150/5	9,58	14,43	17,77	134,6
Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Вода бутилированная	500				
ИТОГО ЗАВТРАК:		15,63	18,03	55,86	345,75
Обед					
Суп картофельный с гречневой крупой	200	3,12	11,25	13,7	132,86
Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1
Котлеты Школьные с соусом сметанным с томатом	60/30	13,77	9,9	11,97	191,7
Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95
Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15
Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80
Итого обед:		33,00	32,07	133,65	748,56
Полдник					
Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8
Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166
Итого полдник:		8,00	3,92	49,96	250,80
ИТОГО:		56,63	54,02	239,47	1345,11