



«СОГЛАСОВАНО»

Директор школы:

Н. Николаев
А.В. Николаев

**Меню в пришкольном лагере «РОСТ»
МБОУ - Узякской средней общеобразовательной школы
Тюлячинского муниципального района РТ
29.10.2025 г.**

3 день					
Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак					
Каша молочная вязкая геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42
Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60
Вода бутилированная	500				
ИТОГО ЗАВТРАК:		16,14	17,13	41,89	388,57
Обед					
Суп-лапша домашняя	200	3,86	12,36	20,64	163,6
Рагу из птицы	150/50	18,45	19,47	31,02	204,8
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
Суп-лапша домашняя	200	3,86	12,36	20,64	163,6
Итого обед:		27,02	33,97	103,55	640,30
Полдник					
Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8
Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4
Итого полдник:		6,56	12,24	45,20	301,20
ИТОГО:		49,72	63,34	190,64	1330,07