

УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря

Хасаншин Л.А.



МЕНЮ на «16» июня 2025г.

(11 день)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий ность
1	Завтрак					
	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/15/10	6,28	12,11	15,55	196,10
	Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/4	7,37	6,17	46,49	271,54
	Омлет натуральный	75	6,97	12,41	1,32	144,83
	Чай с сахаром	190/10	0,38	0,10	10,06	42,66
	Батон высший сорт	50	3,75	1,45	25,70	131,00
	Итого	564	24,74	32,24	99,11	786,13
2	Обед					
	Кукуруза к/с (доп. гарнир)	100	2,06	2,91	9,79	73,60
	Щи из свежей капусты с картофелем, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	4,52	7,90	13,14	128,61
	Шницель куриный натуральный	100	14,54	13,60	9,04	216,25
	Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,42	10,08	44,09	284,64
	Напиток из шиповника	200	0,678	0,28	20,76	88,20
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
	Итого	956	33,31	35,77	141,22	1007,80
3	Полдник					
	Нектар фруктовый разливной	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00