

МЕНЮ на 02.06.2025 год
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ПРИ МБОУ «ДЕНЬКОВСКАЯ СОШ № 1»



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ «Дневковская СОШ №1»
 Умрихина О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
– завтрак: 8.40	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13	114
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92	269
	Хлеб Губернский	30	2,4	0,66	15,84	80,4	
	Бутерброд с сыром	35	4,97	8,01	7,56	122,2	377
	Овощи отварные (морковь)	100	1,12	3,76	6,22	66,42	248
Итого за завтрак		570	17,38	22,98	88,18	633,07	
– обед: 11.30	Овощи натуральные (помидоры свежие)	60	0,55	0,10	2,30	11,50	246
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,78	124,09	47
	Котлета куриная (полуфабрикат)	90	16,2	3,4	12	143,9	акт
	Картофельное пюре	180	3,84	7,27	27,96	192,54	241
	Соус томатный	50	0,27	1,84	2,62	28,08	265
	Снежок	150	4,8	3,75	17,7	126	
	Хлеб Губернский	50	4,05	1,1	26,4	134	
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за обед		930	32,94	20,72	120,56	807,11	
Итого за день:		1500	50,32	43,7	208,74	1440,18	

МЕНЮ на 03.06.2025 год
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ПРИ МБОУ «ЛЕНЬКОВСКАЯ СОШ №1»



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ «Леньковская СОШ №1»
 Умрихина О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
– завтрак: 8.40	Каша манная молочная жидкая	200/5	6,20	8,05	31,09	222,02	107
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	--	27,89	113,79	283
	Хлеб Губернский	50	4,05	1,1	26,4	134	
	Сыр	10	2,32	2,95	--	36,40	366
	Апельсин	100	0,8	0,2	7,5	38	
Итого за завтрак		565	13,93	12,3	92,88	544,21	
– обед: 11.30							
	Овощи натуральные (отрупы свежие)	60	0,40	0,05	1,65	7,0	246
	Рассольник ленинградский	250	5,03	11,3	32,38	149,6	42
	Голень куриная	100	26,2	13,8	0,2	230	211
	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	227
	Соус томатный	50	0,27	1,84	2,62	28,08	265
	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	5,8	36	293
Итого за обед	Хлеб Губернский	50	4,05	1,1	26,4	134	
		880	44,57	34,64	111,44	837,99	
Итого за день:		1445	58,5	46,94	204,32	1382,20	

МЕНЮ на 05.06.2025 год
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ПРИ МБОУ «ДЕНЬКОВСКАЯ СОШ № 1»



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ «Деньковская СОШ №1»
 Умрихина О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
– завтрак: 8.40	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,98	7,65	24,66	195,10	53
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294
	Хлеб Губернский	30	2,4	0,66	15,84	80,4	
	Бутерброд с сыром	35	4,97	8,01	7,56	122,2	377
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за завтрак		615	14,82	16,73	73,17	506,32	
– обед: 11.30	Овощи натуральные (отрупы свежие)	60	0,40	0,05	1,65	7,0	246
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,09	6,33	10,64	107,83	63
	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе	100/50	18,04	19,34	13,09	298	204
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57	219
	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	5,8	36	293
Итого за обед	Хлеб Губернский	30	2,4	0,66	15,84	80,4	
Итого за день:		870	35,41	30,1	101,02	845,8	
		1485	50,23	46,83	174,19	1352,12	

Директор МБОУ «Леньковская СОШ №1»

УТВЕРЖДА
Директор МБОУ «Ден

**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ПРИ МБОУ «ЛЕНЬКОВСКАЯ СОШ № 1»**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
– завтрак: 8.40	Овощи отварные (свекла)	100	1,12	3,76	6,22	66,42	248
	Запеканка из творога	200	38,96	16,15	38,8	456,31	141
	Чай с сахаром	200	0,12	--	12,04	48,64	300
	Хлеб Губернский	30	2,4	0,66	15,84	80,4	
	Сыр	10	2,32	2,95	--	36,40	366
Итого за завтрак		540	44,92	32,52	72,9	688,17	
– обед: 11.30	Овощи натуральные (помидоры свежие)	60	0,55	0,10	2,30	11,50	246
	Суп картофельный с крупной и рыбными консервами	250	6,22	8,21	18,39	170,98	71
	Рagu из птицы	100/180	24,61	31,34	29,12	493,73	214
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	--	27,89	113,79	283
	Хлеб Губернский	30	2,4	0,66	15,84	80,4	
	Апельсин	100	0,8	0,2	7,5	38	
Итого за обед		920	35,14	40,51	101,04	908,4	
Итого за день:		1460	80,06	73,03	173,94	1596,57	