

Утверждаю
Начальник лагеря:  Лежнина С.М

М Е Н Ю
(7-11 лет) ДЛЮ «Галактика» при МОУ «Визимьярская СОШ» на 10 июня 2025 г

Завтрак

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	205	239,23	9,14	7,87	33,0	213
2	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	115	2,6	3,2	19	466
3	Бутерброд с сыром	50	165,56	7,67	10,0	11,11	63
4	Апельсин	160	70,4	0,64	0,64	15,68	82
	Итого						

Обед

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Суп картофельный с фрикадельками	250	188,18	12,15	12,12	7,61	123
2	Пюре картофельное	200	140,0	5,4	8,0	11,6	377
3	Сок фруктовыйс-вит	200	86	1,0	0,2	20,2	501
4	Икра свекольная	60	43,2	0,9	2,14	5,1	53
5	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16,04	574
6	Кондитерское изделие	25	273,0	2,4	15,3	30,9	582
7	Рыба запеченная с яйцом	100	102,03	2,9	5,5	8,72	301
8							
	Итого:						

Полдник

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	
1			
2			
3			
	Итого:		

К- Б- Ж- У-