

Утверждаю
Начальник лагеря:  Лежнина С.М.

М Е Н Ю
(7-11 лет) ДЛО «Галактика» при МОУ «Визимьярская СОШ» на 18 июня 2025 г

Завтрак

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	200	365,05	30,68	9,07	40,22	286
2	Чай с молоком	200	64	1,6	1,3	11,5	460
3	Бутерброд с сыром	60	165,56	7,67	10,0	11,11	63
4							
	Итого						

О б е д

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Суп картофельный с клецками	250	123,5	6,7	6,5	9,52	115
2	Пюре картофельное	200	140	5,4	8,0	11,6	377
3	Котлеты рыбные	100	105,71	12,86	1,57	10,00	307
4	Икра свекольная	60	43,2	0,9	2,14	5,1	53
5	Компот из смеси сухофруктов с-вит	200	168	1,2	0,2	40,2	495
6	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16,04	574
7	Яблоко	100	44	0,4	0,4	9,8	82
8	Кондитерское изделие	16	84,8	0,8	4,8	9,6	582
	Итого:						

Полдник

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

К- Б- Ж- у-