

Утверждаю
Начальник лагеря:  Лежнина С.М.

М Е Н И О

(7-11 лет) ДЛО «Галактика» при МОУ «Визимьярская СОШ» на 23 июня 2025 г

Завтрак

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	203,9	6,07	6,44	30,48	230
2	Какао с молоком сгущенным	200	122,0	3,2	3,6	19,2	463
3	Бутерброд с маслом	45	208,57	2,29	15,74	14,29	69
4	Яблоко	125	55,0	0,48	0,48	12,25	82
	Итого						

Обед

№№ п/п	Наименование Блюда	Вес порции	ккал	б	ж	у	№ реп
1	Суп гороховый	250	122,25	7,4	3,27	15,77	127
2	Плов из птицы отварной	200	245,3	13,53	9,023	27,28	375
3	Чай сладкий с лимоном с-вит	200	40,0	0,3	0,1	9,5	459
4	Овощи консервированные (огурцы)	60	6,6	0,48	0,06	1,02	149
5	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16,04	574
6	Кондитерское изделие	50	245,0	2,75	12,0	31,0	582
7							
8							
	Итого:						

Полдник

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

К- Б- Ж- У-