

Индивидуальный предприниматель
Байбуганов Сергей Геннадьевич
г.Северск, ул.Победы, 126
тел. 56-43-47, 56-34-37

МБОУ "Самусьский лицей"
Меню (пришкольный лагерь)

День: 03.06.2025

2 неделя, день2				7-11 лет					12-18				
Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Пудинг из творога с молоком сгущенным	100/20	247,00	14,03	10,55	24,17	150/30	371,00	21,05	15,83	36,25
		14	Масло сливочное	10	65,72	0,10	7,20	0,13	15,00	98,58	0,15	10,80	0,00
	сладкое	377	Чай с сахаром и лимоном	200/7	41,60	0,53	0,00	9,87	200/7	41,60	0,53	0,00	9,87
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный йодированный	50	116,90	3,95	0,50	24,15	70,00	163,66	5,53	0,70	33,81
	хлеб серый	ПР	Хлеб ржаной	20	45,98	1,12	0,22	9,88	20,00	45,98	1,12	0,22	9,88
	фрукт	ПР	Фрукты	100	47,00	0,20	0,30	9,80	100,00	47,00	0,20	0,30	9,80
Итого за завтрак					564,20	19,93	18,77	78,00		767,82	28,58	27,85	99,61
Обед		71	Овощи свежие:помидоры	60	13,20	0,33	0,06	1,14	100,00	22,00	0,55	0,10	1,90
	1 блюдо	99	Суп овощной	250	108,50	1,80	4,90	14,30	300,00	130,20	2,16	5,88	17,16
	2 блюдо	295/07	Котлеты из птицы	90	225,60	13,68	12,96	13,32	100,00	250,00	15,20	14,40	13,70
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86	8,90	4,10	39,84	180,00	278,23	10,68	5,00	47,81
	сладкое	ПР	Сок фруктовый	200	102,00	0,00	0,00	25,50	200,00	102,00	0,00	0,00	25,50
	белый	ПР	Хлеб пшеничный йодированный	60	140,28	4,74	0,60	28,98	70,00	163,66	5,53	0,70	33,81
	серый	ПР	Хлеб ржаной	30	68,97	1,68	0,33	1,32	30,00	68,97	1,68	0,33	1,32
Итого в обед					890,41	31,13	22,95	124,40		1015,06	35,80	26,41	141,20
Итого за день					1454,61	51,06	41,72	202,40		1782,88	64,38	54,26	240,81

Начальник лагеря

Заведующая производства

Павлюченко Н.Н.

Соколовская И.С..