

Столовая МБОУ Баганской СОШ №1

(для детей лагеря дневного пребывания с 7-17 лет)  
 Меню с 17 июня по 24 июня 2024г.

№ реч.	Наименование	масса	Химический состав				эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы	эн.цен (ккал.)	
1	блюда	порции	4	5	6	7	
	2	3					
<b>17.06.2024 г</b>							
<b>Завтрак</b>							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	7	8,9	0	107,5	
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,2	11,6	48,3	337,8	
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	
<b>Обед</b>							
54-17з	Салат из моркови и чернослива	60	0,9	0,2	12,9	56,8	
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	5,4	4,3	9,3	97,9	
54-11м	Плов из отварной говядины	200	19,1	18,4	48,2	435,3	
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	

Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Биомороженное ванильное	80	2,9	5,3	17	127,4
	Итого	1430	58,4	50,3	234,5	1624,5

18.06.2024 г

**Завтрак**

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	7	8,9	0	107,5
54-1о	Омлет натуральный	250	21,1	30	5,4	375,8
54-21пн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4

**Обед**

54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9,9	4,8	15,5	144,6
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8
П/Ф	Котлеты Домашние	75	9,7	7,7	5,9	131,2
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	6,5	0,7	41,8	199,2
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6
	Итого	1535	71,4	64,8	172,6	1556,3

19.06.2024г										
Завтрак										
54-6т	Сырники	220	43,2	12,6	36,1	430,7				
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4				
Пром.	Хлеб ржаной	25	2	0,4	10	51,2				
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	40	2,9	3,4	22,2	130,9				
Обед										
54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0,7	5,4	4	67,1				
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4				
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7,8	22	282				
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5				
Пром.	Хлеб пшеничный	60	7,6	0,8	49,2	234,4				
Пром.	Хлеб ржаной	25	2	0,4	10	51,2				
Пром.	Груша	150	0,6	0,5	15,5	68,3				
	Итого	1480	93	36,9	197,6	1534,1				
20.06.2024г										
Завтрак										
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1				
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8,9	7,2	33,4	234,2				
54-23пн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86				

Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
<b>Обед</b>						
54-8з	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-3зс	Солянка домашняя	250	11,3	12	3,8	168,7
П/Ф	Пельмени	200	18,6	24,5	24,6	392,9
54-6хн	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4
Пром.	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6
	Итого	1560	59,4	62,4	184,6	1535,9
<b>21.06.2024г</b>						
<b>Завтрак</b>						
54-1г	Запеканка из творога	200	43,5	15,7	31,7	441,8
54-46пн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	50	3,6	4,3	27,8	163,7
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	47,2
<b>Обед</b>						
54-3з	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-25с	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7



54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	47,2
Пром.	Банан	200	3	1	42	189
	Итого	1460	86,7	44,6	196,9	1542,7

22.06.2024г

**Завтрак**

54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	6,7	7,2	31,6	217,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	47,2

**Обед**

54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,2	17	156,9
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9	311,6
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	8	6,5	4,7	109,1
54-3соус	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2
54-9хн	Компот из облепихи	200	0,2	1	7,4	39
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	47,2

Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого	1465	45,8	36	201,3	1320,7

24.06.2024г

**Завтрак**

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	7	8,9	0	107,5
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7,4	7,3	41,2	259,8
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	47,2

**Обед**

54-4з	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	5,8	4,1	14,2	117
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4
54-21м	Курица отварная	80	25,7	1,9	0,9	123,8
54-2соус	Соус белый основной	30	0,8	1,1	1,3	18,7
54-11хн	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,8	32,7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	47,2
Пром.	Шоколад горький	20	1,6	8,9	12,1	134,1
	Итого	1420	65,5	40,4	210	1474,6

Директоршколы  
Завстоловой

Д.А.Черников  
Е.Д.Савава

