

Столовая МБОУ Баганской СОШ №1

Меню с 03 июня по 08 июня 2024г.

(для детей лагеря дневного пребывания с 7-17 лет)

№ рец.	Наименование блюда	масса порции	Химический состав				эн.цен (ккал.)
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	
03.06.2024 г							
Завтрак							
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	
Обед							
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
04.06.2024 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
54-21гн	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

05.06.2024г

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
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2

Обед

54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-33с	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

06.06.2024г

Завтрак

54-1т	Запеканка из творога	200	43,5	15,7	31,7	441,8
54-46гн	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
Обед						
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
07.06.2024г						
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

08.06.2024г

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
54-13жн	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
54-11ян	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

Директор школы
Завстоловой



Д.А.Черников
Е.Д.Савва