

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ

«Новомарьясовская СОШ-И»

Т. В. Шандр

«30» мая 2025 год



ОРГАНИЗАЦИОННОЕ МЕНЮ

С 6,5 - 11 лет, с 12 лет и старше

Пришкольный летний оздоровительный лагерь «Солнышко»

МБОУ «Новомарьясовская средняя общеобразовательная школа - интернат»

РХ, Орджоникидзевский район, с. Новомарьясово,
ул. Школьная 10

2025 год

День: Четырнадцатый

Сезон : Летний

Возрастная категория : с 12 лет и старше

№ реце птур	Наименование блюд	Масс а порц ий(гр	Пищевая ценность			Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества(мг)			
			Белки	Жиры	Угледо ды		В	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	Завтрак													
366	Каша рисовая на молоке с маслом	250	25,04	12,68	36,8	361,48	0,08	0	0,06	0,056	229,6	282,7	32,4	0,8
2	Бутерброд с маслом	40\10	1,5	4,2	10,3	85	0	0	0	0	3,6	14,05	2,57	0,19
138	Какао с молоком	200	1,96	1,63	21,7	109,31	0,002	0	0,02	0,024	82,97	56,98	10,6	0,158
	Яблоко	200	0,3	0,3	8,6	86,5	0	8,8	4,4	0,5	14	9,7	7	1,9
			28,8	18,81	77,4	642,29	0,082	8,8	4,48	0,58	330,17	363,43	52,57	3,048
	Обед													
56	Салат из огурцов с луком	100	1,4	6	8,2	92,4	0,018	0	0	4,49	37,72	40,5	20,4	1,3
45	Свекольник с мясом со сметаной	250	6,4	12,46	28	249,74	12,85	0	0	3,7	51,29	126,7	31,69	1,7
120	Тефтели, соус	120	21,39	7,29	17,05	219,37	0	0	0	0	27,5	154,4	69,45	1,3
759	Макароны отварные	180	3,9	5,8	26,4	173,4	0,154	0	0	0,181	46,06	97,33	33	1,2
639	Компот из с\ф	200	1,2	0	38,2	157,6	0	42	0	1,3	51,2	38	29,3	0
	Хлеб ржано- пшеничный	100	3	0	20	92	0,07	0	0,001	0,6	8,4	37,3	9,3	0,6
	Итого		37,29	31,55	137,85	984,51	13,092	42	0,001	10,271	222,17	494,23	193,14	6,1
	Всего		66,09	50,36	215,25	1626,8	13,174	50,8	4,481	10,851	552,34	857,66	245,71	9,15