

Лагерь с дневным пребыванием детей «Олимпиец», созданным Муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования «ДЮСШ по лыжным гонкам»

Согласовано
Директор МБУДО «ДЮСШ
по лыжным гонкам»
В.В. Грицай

Утверждаю
Директор МБОУ
«СОШ № 3 с УИОП»
Н.В. Аверин
МЕНЮ

«18» июня 2026 г.

для отдыхающих учащихся 7-17 лет

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Масса порции	Энерг. ценность	Б	Ж	У
Завтрак	220	Макароны отварные с сыром	200	332,6	12	13,2	41,3
	411	Чай с сахаром	200	80	0,2	0	20
	1	Бутерброд с маслом	40/10	176,6	3,2	8,9	20,9
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9
	510	Фрукт	100	44,5	0,4	0,4	9,8
Обед	511	Овощи свежие в нарезке	50	7,5	0,4	0,05	1,25
	516	Суп шахтерский с мясом	200	401	13,6	23,4	34,5
	339	Пюре картофельное	150	112,5	3,2	1,2	22,1
	535	Тефтели мясные	100	201	8,4	15,4	7
	390	Компот из свежих плодов	200	124,9	0,2	0,2	30,6
	509	Хлеб ржаной	40	81,5	2,64	0,35	16,9