



МЕНЮ на 28.05.2025

Для обеспечения питанием детей и подростков в детском оздоровительном лагере (с дневным пребыванием по усредненным нормам)



№ рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
Ткк1/209 /2 011	БУТЕРБРОД ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	65	88	2,60	5,00	15,10
237/2 012	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	303	14,59	17,81	31,13
Ттк431/2 008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10	21	0,12	0,02	10,20
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/100	96	6,30	3,20	10,60
338/2 011	БАНАН	100	96	1,07	0,36	15,00
Итого за прием пищи		625	604	24,68	26,39	82,03
ОБЕД						
19/2 008	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	62	0,42	6,10	1,40
к/к/	УХА КАРЕЛЬСКАЯ СО СЛИВКАМИ (ГОРБУША, ТРЕСКА)	230	144	6,87	10,16	6,37
256/2 008	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/60	196	11,60	12,90	7,00
165/2 012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	240	8,50	2,32	42,40
394/2 008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	97	0,16	0,20	27,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	112	4,40	0,80	21,80
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	117	3,50	1,30	23,30
Итого за прием пищи		855	968	35,45	33,78	130,17
ПОЛДНИК						
451/2 008	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ СДОБНЫЙ ПЕЧЕНЬ	75	221	4,10	3,90	26,25
к/к/	СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	120	1,00		25,40
338/2 011	НЕКТАРИН СВЕЖИЙ	130	44	1,10	0,30	8,90
Итого за прием пищи		405	385	6,20	4,20	60,55
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1 957	66,33	64,37	272,75

Общая стоимость рациона питания на одного человека в день 519 руб 94 коп

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор