



МЕНЮ на 07.07.2025

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						
10/2 008	БУТЕРБРОД С КОТЛЕТОЙ РУБЛЕННОЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/20	159	8,60	6,50	20,80
189/2 008	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	179	4,70	5,40	20,50
433/2 008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	24,80
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/100	96	6,30	3,20	10,60
к/к/	АПЕЛЬСИН	150	65	1,40	0,27	12,20
Итого за прием пищи		660	633	23,90	17,87	88,90
ОБЕД						
22/2 008	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	65	0,60	6,10	2,00
83/2 012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ КУРЫ, С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/30/1	153	5,00	4,50	15,70
239/2 008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ГОРБУША)	90	226	12,70	13,34	13,50
321/2 012	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	141	3,10	4,80	20,50
402/2 008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,10	31,70
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		826	945	29,90	30,94	128,50
ПОЛДНИК						
Ттк483/2 012	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	244	8,40	7,70	35,10
434/2 008	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	113	6,10	5,30	10,10
423/2 008	ЯБЛОКО ПЕЧЕНОЕ С САХАРНОЙ ПУДРОЙ	110	157	0,44	0,44	37,30
Итого за прием пищи		385	514	14,94	13,44	82,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 092	68,74	62,25	299,90

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор