



МЕНЮ на 09.07.2025

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						
Ткк1/209 /2 011	БУТЕРБРОД ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	65	88	2,60	5,00	15,10
235/2 012	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	365	15,60	16,12	39,50
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	666	25,69	24,70	90,40
ОБЕД						
19/2 008	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	62	0,42	6,10	1,40
101/2 008	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ (ФИЛЕ) И ЗЕЛЕНЬ	200/20/2	153	6,02	6,76	25,20
281/2 012	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	256	11,60	12,90	19,00
458/2 013	БУЛГУР РАССЫПЧАТЫЙ	150	135	2,90	4,60	21,50
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		827	932	29,00	32,66	140,10
ПОЛДНИК						
451/2 008	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ СДОБНЫЙ ПЕЧЕНЫЙ	75	221	4,10	3,90	26,25
434/2 008	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	113	6,10	5,30	10,10
338/2 011	НЕКТАРИН СВЕЖИЙ	100	44	1,10	0,30	8,90
Итого за прием пищи		375	378	11,30	9,50	45,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1 976	65,99	66,86	275,75

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор