



МЕНЮ на 20.06.2025

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



№ рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
3/2 012	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	65	185	6,30	9,17	19,41
190/2 008	КАША "ДРУЖБА"	200	224	6,20	10,00	26,80
432/2 008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40
6/Т/т/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200	192	2,14	0,71	30,00
ТК060/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	88	6,30	4,00	10,60
Итого за прием пищи		790	796	22,44	25,18	109,21
ОБЕД						
30/2 011	САЛАТ ИЗ РЕДИСА	60	54	1,50	4,38	1,74
94/2 008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ И КУРОЙ (ФИЛЕ)	200/20/1	128	6,84	6,74	9,92
299/2 008	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	438	14,00	15,90	44,60
Ттк405/2 008	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	117	0,10	0,20	40,20
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	966	30,34	29,32	141,56
ПОЛДНИК						
477/2 008	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	75	222	6,50	8,85	38,90
434/2 008	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	113	6,10	5,30	10,10
338/2 011	ПЕРСИК СВЕЖИЙ	100	45	0,90	0,10	9,50
Итого за прием пищи		375	380	13,50	14,25	58,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 142	66,28	68,75	309,27

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

Зам. директора

Зав.производством

Калькулятор