

КСП "Волна" АО



Начальник лагеря ГБОУ шк. № 39



МЕНЮ на 03.06.2024
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 БИФСТЕКСОМ РУБЛЕНЫМ | 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 | 93 | 3,70 | 0,66 | 18,17 |
| к/к/ | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 45 | 117 | 3,50 | 1,30 | 23,30 |
| Итого за прием пищи | | 826 | 926 | 29,20 | 30,80 | 124,87 |
| 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 | | | 2 073 | 68,04 | 62,11 | 296,27 |

Общая стоимость рациона питания на одного человека в день 507руб 92 коп

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор
