



## МЕНЮ на 14.06.2024

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
<b>ЗАВТРАК</b>						
3/2 012	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	65	185	6,30	9,17	19,41
Ткк184/2 008	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ИЗЮМОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	210	4,90	7,30	31,10
432/2 008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40
483/2 008	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	40	148	7,66	2,60	23,00
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/100	96	6,30	3,20	10,60
Итого за прием пищи		555	746	26,66	23,57	106,51
<b>ОБЕД</b>						
45/2 012	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	74	0,81	3,72	4,60
81/2 012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/20/1	246	3,70	2,00	15,40
258/2 011	МЯСО ДУХОВОЕ (СВИНИНА)	240	314	21,80	26,30	20,50
597/2 013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ИЗ ЯБЛОК И АПЕЛЬСИНОВ)	200	97	0,16	0,20	7,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	93	3,70	0,66	18,17
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	156	4,60	1,80	31,00
Итого за прием пищи		831	980	34,77	34,68	97,57
<b>ПОЛДНИК</b>						
477/2 008	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	75	222	6,50	8,85	38,90
к/к/	СОК ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	120	1,00		25,40
338/2 011	ПЕРСИК СВЕЖИЙ	100	45	0,90	0,10	9,50
Итого за прием пищи		375	387	8,40	8,95	73,80
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>			2 113	69,83	67,20	277,88

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор