



МЕНЮ на 19.06.2024

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						
Ттк1/209 /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
Ттк394/2 008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	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	45	117	3,50	1,30	23,30
Итого за прием пищи		827	913	28,30	32,52	116,47
ПОЛДНИК						
451/2 008	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ СДОБНЫЙ ПЕЧЕНый	75	220	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	377	11,30	9,50	45,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1 956	65,29	66,72	252,12

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

Зам. директора

Зав. производством _____

Калькулятор