



УТВЕРЖДАЮ:

МЕНЮ на 25.07.2024
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 | | | | | | |
| 7т/т/к/2 008 | БУТЕРБРОД С ФОРЕЛЬЮ С/С | 65 | 166 | 7,70 | 9,90 | 15,80 |
| 206/2 012 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 313 | 13,60 | 12,10 | 37,56 |
| Ттк430/2 008 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 65 | 0,22 | 0,11 | 16,20 |
| 338/2 011 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 70 | 0,62 | 0,62 | 15,20 |
| Итого за прием пищи | | 565 | 614 | 22,14 | 22,73 | 84,76 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 23/2 008 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 64 | 0,54 | 6,06 | 1,74 |
| 91/2 008 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТР | 200/20/5 /1 | 154 | 7,45 | 7,05 | 13,98 |
| 298/2 011 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ | 90 | 265 | 13,00 | 9,04 | 39,69 |
| 321/2 012 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 179 | 3,10 | 9,50 | 20,30 |
| Ттк436/2 008 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 68 | 0,20 | | 6,40 |
| 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 | 940 | 31,49 | 33,61 | 123,58 |
| полдник | | | | | | |
| Ттк483/2 012 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 75 | 244 | 8,40 | 7,70 | 35,10 |
| 334/2 008 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 113 | 6,10 | 5,30 | 10,10 |
| к/к/ | МАНДАРИН | 100 | 47 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| Итого за прием пищи | | 375 | 404 | 14,90 | 13,30 | 55,50 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | | | 1 958 | 68,53 | 69,64 | 263,84 |

Общая стоимость рациона питания на одного человека в день 507,92 руб.00 коп.

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор