



**МЕНЮ на 27.05.2024**

**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>       |  |                |              |              |              |               |
| 4Ткк/2 008           | БУТЕРБРОД С ЗАПЕЧЕННЫМ ФИЛЕ ИЗ КУРЫ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 65             | 134          | 3,33         | 10,32        | 12,30         |
| Ттк184/2 008         | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ЯБЛОКАМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155            | 251          | 6,10         | 10,40        | 30,60         |
| Ттк430/2 008         | ЧАЙ С САХАРОМ  | 200            | 65           | 0,22         | 0,11         | 16,20         |
| к/к/                 | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ               | 1/100          | 96           | 6,30         | 3,20         | 10,60         |
| 483/2 008            | КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ  | 40             | 148          | 7,66         | 2,60         | 23,00         |
| 338/2 011            | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 100            | 47           | 0,40         | 0,40         | 10,13         |
| Итого за прием пищи  |  | 660            | 741          | 24,01        | 27,03        | 102,83        |
| <b>ОБЕД</b>          |  |                |              |              |              |               |
| 71/2 011             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ                                 | 60             | 7            | 0,42         | 0,06         | 1,14          |
| 95/2 008             | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ             | 200/20/1       | 141          | 7,40         | 8,76         | 8,16          |
| 237/2 008            | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                        | 250            | 331          | 17,70        | 17,60        | 24,85         |
| 394т/т/к /2 008      | КОМПОТ ИЗ ВИШНИ  | 200            | 117          | 0,30         | 0,10         | 28,20         |
| 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            | 806          | 33,02        | 28,48        | 103,82        |
| <b>ПОЛДНИК</b>       |  |                |              |              |              |               |
| 695/1 996            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                                      | 75             | 212          | 9,15         | 8,55         | 32,55         |
| к/к/                 | СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ            | 200            | 120          | 1,00         |              | 25,40         |
| к/к/                 | МАНДАРИН   | 100            | 47           | 0,40         | 0,30         | 10,30         |
| Итого за прием пищи  |  | 375            | 379          | 10,55        | 8,85         | 68,25         |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b> |  |                | <b>1 926</b> | <b>67,58</b> | <b>64,36</b> | <b>274,90</b> |

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

Зам. директора

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор