



МЕНЮ на 30.05.2024
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
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
434/2 008	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 507руб 92 коп

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор