



Начальник лагеря шк.39 филиал



УТВЕРЖДАЮ:

МЕНЮ на 02.06.2026
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						
Т-к №3/2 012	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	65	185	6,30	9,17	19,41
Тк443/44 4/2 008	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	375	10,00	13,00	55,00
433/2 008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	24,80
44/	ПРЯНИК "ВАЛЕНТИНКА"	40	172	2,70	2,70	39,80
338/2 011	ГРУША СВЕЖАЯ	150	64	0,46	0,35	11,90
Итого за прием пищи		605	930	22,36	27,72	150,91
ОБЕД						
71/2 011	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	60	14	0,60	0,20	2,20
106/2 008	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С ФИЛЕ КУРЫ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/2	135	6,88	10,12	20,04
306/372/ 2 008	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ, СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	180/60	313	16,70	20,80	14,70
402/2 008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,10	31,70
Т/Т/К №1/Т/Т/ К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	93	3,70	0,66	18,17
Т/Т/К №2/Т/Т/ К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	117	3,50	1,30	23,30
Итого за прием пищи		817	803	31,98	33,18	110,11
ПОЛДНИК						
№5/1/Т/ Т/К	БИФИЛАЙФ 2,5% ФРУКТОВЫЙ	200	70	5,20	3,30	5,10
464/2 008	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	217	5,40	3,22	39,90
338/2 011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	47	0,40	0,40	10,13
Итого за прием пищи		375	334	11,00	6,92	55,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 067	65,34	67,82	316,15

Общая стоимость рациона питания на одного человека в день 584 руб 90коп

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор