

МЕНЮ на 02.11.2026

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						
3/2 008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	200	10,04	9,90	17,76
187/2 008	КАША "ЯНТАРНАЯ" С ЯБЛОКОМ	200	266	6,72	9,76	37,44
433/2 008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	24,80
5/1/2 008	МАНДАРИН	100	38	0,80	0,20	7,50
Итого за прием пищи		560	638	20,46	22,36	87,50
ОБЕД						
29/2 008	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	100	115	1,10	10,10	3,70
76/2 008	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	240/10	137	5,70	7,28	12,10
273/2 008	КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ	100	286	15,00	19,80	11,80
335/2 008	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	118	3,70	6,50	24,40
397/2008	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	122	0,50	0,20	28,90
/						
1/1/т/т/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	115	4,00	2,12	25,50
2/1/т/т/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	130	3,60	2,09	23,34
Итого за прием пищи		925	1 023	33,60	48,09	129,74
ПОЛДНИК						
426/2 008	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ	75	240	4,95	10,77	30,85
3/8/2 008	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНО-СОКОВЫЙ	250	138	7,30	0,25	28,00
4/1/2 008	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	40	0,44	0,44	8,90
Итого за прием пищи		425	418	12,69	11,46	67,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 079	66,75	81,91	284,99

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор