

МЕНЮ на 03.06.2026

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						
Ткк1/209 /2 011	БУТЕРБРОД ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	65	88	2,60	5,00	15,10
224/2 008	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ	130/20	381	22,30	15,00	39,09
Ттк431/2 008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10	21	0,12	0,02	10,20
Т/т/к №3/1/Т/ т/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/100	96	6,30	3,20	10,60
338/2 011	БАНАН	200	192	3,00	1,00	42,00
Итого за прием пищи		725	778	34,32	24,22	116,99
ОБЕД						
33/2 012	САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	110	2,80	5,70	4,30
67/2 012	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕН	200/20/5 /1	168	5,00	10,10	7,50
265/2 011	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ	240	472	20,40	21,30	40,40
407/2 008	КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	139	0,30	0,10	34,50
Т/т/к №1/т/т/ к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	93	3,70	0,66	18,17
2/Т/т/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	173	4,80	2,78	31,17
Итого за прием пищи		836	1 155	37,00	40,64	136,04
ПОЛДНИК						
451/2 008	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ СДОБНЫЙ ПЕЧЕНЬИ	75	221	4,10	3,90	26,25
к/к/	СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	120	1,00		25,40
338/2 011	НЕКТАРИН СВЕЖИЙ	100	44	1,10	0,30	8,90
Итого за прием пищи		375	385	6,20	4,20	60,55
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 318	77,52	69,06	313,58

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор