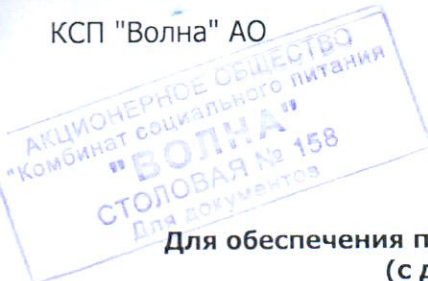


Начальник лагеря шк.39 филиал



МЕНЮ на 04.06.2026

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/т/к №4/2 008	БУТЕРБРОД С ЗАПЕЧЕННЫМ ФИЛЕ ИЗ КУРЫ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/5/40	134	3,33	10,32	12,30
Т-к №214/2 008	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	284	14,14	23,86	2,73
Ттк430/2 008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	65	0,22	0,11	16,20
Т/т/к №3/1/Т/Т/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		655	774	32,05	40,49	74,96
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	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ)	90	265	13,00	9,04	39,69
209/2 008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	194	5,60	4,80	31,90
394/2 008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	97	0,16	0,20	27,90
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		826	984	33,95	29,11	156,68
ПОЛДНИК						
Ттк483/2 012	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	244	8,40	7,70	35,10
к/к/	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/200	105	5,60	4,90	9,30
5/Т/т/к	МАНДАРИН	100	38	0,75		7,50
Итого за прием пищи		375	387	14,75	12,60	51,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 145	80,75	82,20	283,54

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор