



МЕНЮ на 05.06.2026

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	65	185	6,30	9,17	19,41
Ткк184/2 008	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ЯБЛОКОМ И С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	210	4,90	7,30	31,10
432/2 008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40
483/2 008	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	40	148	7,66	2,60	23,00
Т/т/к №3/1/Т/Т/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/100	96	6,30	3,20	10,60
Итого за прием пищи		555	746	26,66	23,57	106,51
ОБЕД						
45/2 012	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	74	0,81	3,72	4,60
81/2 012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/20/1	246	3,70	2,00	15,40
258/2 011	МЯСО ДУХОВОЕ (СВИНИНА)	240	314	21,80	26,30	20,50
436/2 008	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	105	0,20		25,70
Т/т/к №1/Т/Т/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	93	3,70	0,66	18,17
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	156	4,60	1,80	31,00
Итого за прием пищи		831	988	34,81	34,48	115,37
ПОЛДНИК						
477/2 008	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	75	222	6,50	8,85	38,90
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	386	8,60	9,15	73,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 120	70,07	67,20	295,08

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор