



Начальник лагеря шк.39 филиал



МЕНЮ на 08.06.2026

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
235/2 012	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ КЛЮКВЕННЫМ	130/20	365	15,60	16,12	39,50
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
5/Т/т/к	МАНДАРИН	100	24	0,20	0,15	5,15
Итого за прием пищи		625	594	24,82	24,49	80,55
ОБЕД						
19/2 008	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	62	0,42	6,10	1,40
101/2 008	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ (ФИЛЕ) И ЗЕЛЕНЬ	200/20/2	153	6,02	6,76	25,20
281/2 012	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	256	11,60	12,90	19,00
458т/т/к /2 013	БУЛГУР ПРИПУЩЕННЫЙ	150	135	2,90	4,20	21,50
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		827	913	28,30	32,12	136,47
ПОЛДНИК						
451/2 008	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ СДОБНЫЙ ПЕЧЕНЬИ	75	221	4,10	3,90	26,25
к/к/	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/200	105	5,60	4,90	9,30
338/2 011	НЕКТАРИН СВЕЖИЙ	100	44	1,10	0,30	8,90
Итого за прием пищи		375	370	10,80	9,10	44,45
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1 877	63,92	65,71	261,47

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

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор