



МЕНЮ на 28.10.2026

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						
10/12/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	60	199	8,40	9,20	12,70
224/2008	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	150/50	274	8,30	7,20	44,00
431/2008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	28	0,20	0,10	6,60
7/1/2008	ЗЕФИР	35	102	0,70	0,10	28,20
5/1/2008	МАНДАРИН	100	38	0,80	0,20	7,50
Итого за прием пищи		595	641	18,40	16,80	99,00
ОБЕД						
56/2008	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	118	3,80	8,10	7,50
84/2008	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	245/10/5	121	5,60	7,28	8,00
265/2008	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ	280	605	32,10	32,00	47,00
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	115	0,20	0,20	27,90
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		935	1 204	49,30	51,79	139,24
ПОЛДНИК						
412/2008	ПИЦЦА "ШКОЛЬНАЯ"	100	249	9,10	9,00	33,00
24/1/2008	ВАФЛИ	20	106	1,80	11,60	25,20
442/2008	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	96			24,20
4/1/2008	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	40	0,44	0,44	8,90
Итого за прием пищи		420	491	11,34	21,04	91,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			2 336	79,04	89,63	329,54

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

Зам. директора



Зав. производством

Калькулятор