



Марьева Т.П.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №30

Костина О.А.

Меню на 11.06.2025

для пришкольного лагеря

	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводи	ценность
Завтрак								
гор.блюдо	ТТК212	Омлет натуральный с овощами (огурец)	150	30,07	10,90	10,50	2,80	153,00
гор.напиток	382	Какао с молоком	200	24,20	3,90	3,10	25,00	144,00
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,81	3,24	0,40	19,50	96,80
хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	2,19	0,39	10,90	56,10
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
	14	Масло сливочное крестьянское	10	16,61	0,10	7,25	0,10	66,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1050,00	118,55	20,85	22,16	69,74	577,20
Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	9,43	0,70	0,10	1,14	14,40
1-е блюдо	103	Суп с картофелем с макаронными изделиями	250	14,87	2,95	5,24	19,40	137,00
2-е блюдо	ТТК 293	Птица запеченная	100	47,48	16,60	12,00	0,41	175,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	30,61	3,13	5,25	20,30	141,00
сладкое	348	Компот из плодов сушеных (чернослив)	200	15,89	0,60	0,20	34,20	141,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	20	1,91	1,60	0,20	9,70	48,40
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	2,19	0,39	10,90	56,10
		Итого обед	800	122,45	27,77	23,38	96,05	712,90
		Итого за день	1850	241,00	48,62	45,54	165,79	1290,10

Зав.производства _____ Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря _____