



Меню на 11.07.2025

для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность
Завтрак								
гор.блюдо		Плов из птицы 80/160	240	72,93	16,70	17,40	42,90	395,0
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,49
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	2,43	0,30	14,60	72,60
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,6	0,52	0,52	11,44	61,10
	71	Овощи свежие (помидор)	60	12,14	0,70	0,10	1,14	14,40
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1175	131,31	20,67	18,32	83,78	599,59
Обед								
закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
		Щи из свежей капусты с						
1-е блюдо	88	картофелем	250	12,38	1,70	4,90	5,10	71,60
2-е блюдо	294	Котлета из птицы с маслом	105	56,65	11,02	12,00	12,10	200,00
гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,24	8,15	5,19	35,9	223
сладкое		Напиток из шиповника	200	8,64	0,66	0,25	26,80	112,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	2,43	0,30	14,60	72,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	35	3,86	2,19	0,39	10,90	56,10
		Итого обед	830	109,69	26,57	23,09	106,54	741,90
		Итого за день	2005	241	47,24	41,41	190,32	1341,49

Зав.производства _____ Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря _____