



Марьева Т.П.



Костина О.А.

Меню на 23.06.2025

для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность
Завтрак								
гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из крупы рис 200/10	210	20,39	6,28	2,94	43	256,00
гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	19,31	2,86	2,60	19,00	111,00
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
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	0,14	66,20
	15	Сыр Российский	13	15,93	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1093	116,70	15,27	17,56	86,68	612,70
Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	13,46	1,69	4,91	12,40	101,00
2-е блюдо	ТТК 268	Котлеты из говядины с соусом 70/30	100	79,06	11,10	14,50	13,00	227,00
гарнир	309	Макароны отварные	150	13,10	5,55	4,20	34,20	197,00
сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,50	0,45	0,00	28,90	117,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржаной-пшеничный	20	2,26	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	124,30	23,54	25,24	112,62	777,20
		Итого за день	1903	241,00	38,81	42,80	199,30	1389,90

Зав.производства Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря Нур