

КСП "Волна" АО



Начальник лагеря ГБОУ шк. № 690

УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ на 24.06.2024

Для обеспечения питаниям детей и подростков в детском оздоровительном лагере (с дневным пребыванием по усредненным нормам)

№ рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
4Ткк/2 008	БУТЕРБРОД С ЗАПЕЧЕННЫМ ФИЛЕ ИЗ КУРЫ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/5/40	134	3,33	10,32	12,30
Ттк184/2 008	КАША ПЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ЯБЛОКАМИ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	251	6,10	10,40	30,60
Ттк430/2 008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	65	0,22	0,11	16,20
к/к/	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/100	95	6,30	3,20	10,60
883/2 008	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	40	148	7,66	2,60	23,00
938/2 011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	47	0,40	0,40	10,13
Итого за прием пищи		690	741	24,01	27,03	102,83
ОБЕД						
71/2 011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ	60	7	0,42	0,06	1,14
95/2 008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/1	141	7,40	8,76	8,16
237/2 008	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	250	331	17,70	17,60	24,85
394г/т/к /2 008	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	117	0,30	0,10	28,20
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	93	3,70	0,66	18,17
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	117	3,50	1,30	23,30
Итого за прием пищи		826	806	33,02	28,48	103,82
ПОЛДНИК						
995/1 996	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	212	9,15	8,55	32,55
к/к/	СОК ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	120	1,00		25,40
к/к/	МАНДАРИН	100	47	0,40	0,30	10,30
Итого за прием пищи		375	379	10,55	8,85	68,25
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1 926	67,58	64,36	274,90

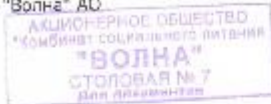
Общая стоимость рациона питания на одного человека в день 507руб 92 коп

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор

КСП "Волна" АО



Начальник лагеря ГБОУ шк. № 690

УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ на 25.06.2024

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						
3/2 012	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	65	185	6,30	9,17	19,41
Ткк215/2 012	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	203	13,22	15,48	2,54
432/2 008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40
к/к/	ПРЯНИК "ВАЛЕНТИНКА"	40	172	2,70	2,70	39,80
338/2 011	ГРУША СВЕЖАЯ	150	64	0,45	0,35	11,90
Итого за прием пищи		605	731	24,18	29,00	96,05
ОБЕД						
71/2 011	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	60	14	0,60	0,20	2,20
106/2 008	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С ФИЛЕ КУРЫ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/2	135	6,68	10,12	29,04
304/372/2 008	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ, СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	180/60	313	16,70	20,80	14,70
402/2 008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	131	0,60	0,10	31,70
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИННЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	93	3,70	0,66	18,17
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	117	3,50	1,30	23,30
Итого за прием пищи		617	803	31,98	33,18	110,11
ПОЛДНИК						
к/к/	БИОПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "БИОФИДОЛАЙФ" ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	210	70	5,20	3,30	5,10
464/2 008	СДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	217	5,40	3,22	38,90
338/2 011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	47	0,40	0,40	10,13
Итого за прием пищи		385	334	11,00	6,92	55,13
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1 860	67,16	69,10	261,29

Общая стоимость рациона питания на одного человека в день 507руб 92 коп

Зак. директора

Зав.производством

Калькулятор