

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
по городским школьным столовым для питания учащихся в оздоровительном лагере в летний период 2025 года
возрастная категория с 12 до 18 лет

Школа №

Рецептуры блюд	4 июня											
	Наименование блюд	Цена	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
сб.Москва Р№308	Котлета рыбная любительская с соусом	22,89	80/30	277,89	11,91	12,26	24,95	0,16	0,13	13,11	160	1,87
сб.Москва Р№443	Картофельное пюре	28,99	200	208	4,32	7,96	29,4	0,09	0,16	2,7	99,66	0,13
сб.Москва 54-3-гн	Чай с лимоном и сахаром	3,21	200	37,9	0,3	0	8,7	0	0,01	1,1	6,9	0,7
Рецептура № 88 пр	Хлеб домашний подовый	1,77	40	60,46	2,48	0,34	13,82	0,03	0,02	0	8	0,36
	Итого :	56,86		584,25	19,01	20,56	76,87	0,28	0,32	16,91	274,56	3,6
Обед												
сб.рец НИИОП №59	Салат из свежих помидор и огурцов	21,98	100	73	0,97	6,07	3,65	0,03	0,13	8,13	126,63	0,28
сб.Москва Р№ 118	Суп картофельный с горохом	12,88	250	146	5,47	4,74	16,74	0,16	0,07	3,78	54,8	0,52
сб.Москва Р№178	Оладьи из печени в соусе	37,95	120	180,4	11,02	12,66	11,9	0,11	0,15	10,1	138,54	1,97
сб.Москва Р№445	Каша гречневая вязкая	7,86	180	210	8,04	6,73	48,68	0,07	0,12	0	34,2	1,69
сб.МоскваР№382	Кисель плодово-ягодный	3,12	200	119	0	0	9,98	0	0	0,04	0,2	0,03
Рецептура № 88 пр	Хлеб домашний подовый	2,66	60	90,68	2,92	0,51	19,2	0,05	0,04	0	12	0,53
Промыш производст	Хлеб ржаной	2,52	40	105,2	2,72	0,48	18,56	0,06	0,05	2,4	50,16	0,48
	Итого :	88,97		924,28	31,14	31,19	128,71	0,48	0,56	24,45	416,53	5,5
	Итого за день:	145,83		1508,5	50,15	51,75	205,58	0,76	0,88	41,36	691,09	9,1

Директор КШП

Экономист

Зав.производством

Нач.лагеря