

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 №

2 июня												
	Наименование блюд	Цена	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак												
сб.Москва Р№ 56	Салат из моркови со св. огурцом и з. гор.	15,58	100	100	0,82	5,1	4,97	0,05	0,05	15,1	49,43	0,69
сб.Москва Р№ 445	Каша гречневая вязкая с маслом	12,64	200/5	319,1	13,71	14,32	37,54	0,21	0,18	0,9	122,98	0,84
сб.Москва Р№422	Кофейный напиток с молоком	5,77	200	105	1,4	1,6	22,31	0,02	0,07	0,95	60,4	1,2
Рецептура № 88 пр	Хлеб домашний подовый	1,77	40	60,5	2,48	0,34	13,82	0,03	0,02	0	8	0,36
	Итого :	35,76		584,6	18,41	21,36	78,64	0,31	0,32	16,95	240,81	3,9
Обед												
сб.Москва Р№20	Салат из свежих помидоров с перцем	25,98	100	76	1	6,1	4,3	0,07	0,1	5,2	130,17	0,98
сб.Москва Р№121	Суп картофельный с рисом	15,6	250	121	3,3	4,94	17,46	0,1	0,11	2,37	17,62	0,18
сб.Москва Р№210	Рагу из птицы	54,8	230	370,8	18,03	18,72	42,77	0,2	0,23	2,66	185,18	1,37
сб.Москва Р№394	Компот из свежих яблок	9,12	200	62	0,21	0,25	15,27	0,01	0,01	8,91	18,84	1,21
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
Пром производство	Хлеб ржаной	2,52	40	105,2	2,72	0,48	18,56	0,06	0,05	2,4	50,16	0,48
	Итого :	110,68		825,68	28,18	31	117,56	0,49	0,54	21,54	413,97	5,74
	Итого за день:	146,44		1410,3	46,59	52,36	196,2	0,8	0,86	38,49	654,78	9,64

Директор КШП

Экономист

Зав.производством

Нач.лагеря

