

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
по городским школьным столовым для питания учащихся в оздоровительном лагере в летний период 2025 года
возрастная категория с 7 до 11 лет

Школа № 15

		28 мая										
	Наименование блюд	Цена	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
сб.Москва Р№ 46	Салат из бел.капусты с зел.горош. и луком	9,21	60	76,5	2,2	6,19	2,88	0,05	0,16	12,45	27,25	1,18
сб. Москва № 265	Макароны отварные с сыром	23,16	210/15	373,7	12,9	13,26	46,91	0,18	0,12	0,31	219,3	0,8
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	1,55	35	52,9	2,17	0,3	11,2	0,03	0,02	0	7	0,32
	Итого :	37,13		541	17,57	19,75	69,69	0,26	0,31	13,86	260,45	3
	Обед											
сб.Москва Р№ 59	Салат из свежих огурцов с растит. маслом	12,61	60	53	0,44	3,05	1,44	0,03	0,02	3,56	113,89	0,01
ед. сборник № 94	Борщ с картофелем со сметаной	11,72	200/5	90,3	3,08	4,7	8,92	0,08	0,09	7,38	86,2	0,9
сб.МоскваР№207	Куры отварные	38,15	90	210,6	17,5	10,62	27,61	0,09	0,15	0,27	28,13	2,1
сб.Москва Р№303	Картофель и овощи тушеные в соусе	21,99	150	171	0,99	5,9	30,67	0,1	0,12	6,1	74,16	0,1
сб.МоскваР№382	Кисель плодово-ягодный	3,12	200	119	0	0	9,98	0	0	0	0,2	0
Рецептура № 88 пр	Хлеб домашний подовый	1,99	45	68,01	2,19	0,38	14,4	0,04	0,03	0	9	0,4
Промыш производс	Хлеб ржаной	1,57	25	65,75	1,7	0,3	11,6	0,04	0,02	1,5	31,35	0,3
	Итого :	91,15		777,66	25,9	24,95	104,62	0,38	0,43	18,81	342,93	3,81
	Итого за день:	128,28		1318,66	43,47	44,7	174,31	0,64	0,74	32,67	603,38	6,81

Директор КШП

Экономист

Зав.производством

Нач.лагеря