

СОГЛАСОВАНО

Структурное
подразделениеУТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.МЕНЮ
27 июня 2025г

День 5 (пятница)

	Наименование	выход		белки,г		жиры,г		углеводы,г		калорийность,ккал	
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет

Завтрак

1	Омлет с сыром запеченный	200	220	23,6	26,0	30,2	33,3	3,3	3,7	379,9	417,9
2	Чай	200	200	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	6,0	24,0	24,0
3	Булочка "Любимая"	50	50	4,4	4,4	3,8	3,8	24,4	24,4	149,0	149,0
4	Хлеб из муки пшеничной	60	80	4,5	6,0	1,7	2,3	30,8	41,1	157,0	209,4
Итого:		510	550	32,60	32,60	35,70	39,40	64,50	75,20	709,90	800,30

Обед

1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	60	100	1,1	1,8	2,6	4,3	8,3	13,8	60,9	101,5
2	Уха ростовская	200	250	5,6	7,0	3,4	4,3	11,4	14,2	98,7	123,4
3	Тефтели мясные с соусом собственного производства	100	120	8,4	10,0	7,8	9,4	11,6	13,9	150,2	180,3
4	Каша гречневая	150	180	6,3	7,6	5,4	6,4	28,6	34,3	187,8	225,4
5	Напиток фруктовый	200	200	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	12,0	48,0	48,0
6	Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,0	3,0	1,2	1,2	20,6	20,6	104,7	104,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,2	3,4	0,4	0,7	19,8	29,6	92,0	137,9
Итого:		790	950	26,60	32,70	20,80	26,30	112,10	138,30	742,20	921,10

Полдник

1	Ирис	10	10	0,3	0,3	0,8	0,8	8,2	8,2	40,8	40,8
2	Компот из плодов свежих (лимон)	200	200	0,1	0,1	0,0	0,0	8,4	8,4	34,3	34,3
Итого:		210	210	0,50	0,50	0,80	0,80	16,60	16,60	75,10	75,10
Итого за день				59,6	59,6	57,4	57,4	193,2	230,1	1527,2	1796,5

Зав.Производством (повар)

Начальник лагеря

Медицинский работник

Заттарова Е.А.