

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

од 2025года

возрастная категория с 7 до 11 лет

Школа №

10 июня

Школа №



324

Лагерь _____

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

возрастная категория с 12 до 18 лет

10 июня

10 июня													
	Наименование блюд	Цена	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	С	Са	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 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	60,46	2,48	0,34	13,82	0,03	0,02	0	8	0,36
	Итого :	59,42		651,35	20,11	22,16	90,48	0,3	0,38	16,76	298,2	3,6	
	Обед												
	сб.Москва № 24	Салат "Мазайка" (огурец свеж.)	21,28	100	91,7	1,5	6,35	8,07	0,06	0,05	3,52	90,7	0,5
	сб.Москва №98	Свекольник со сметаной	17,58	250/5	101,7	1,82	6,15	10,05	0,09	0,04	9,44	73,1	1,17
	сб.Москва Р№ 157	Ежики мясные в соусе	42,94	120	228	10,41	11,09	15,32	0,05	0,15	5,09	135,6	1,4
	сб.Москва Р№445	Каша гречневая вязкая	7,86	180	210	8,04	6,73	48,68	0,09	0,12	0	30,2	1,69
	сб.Москва Р№ 395	Напиток апельсиновый	6,76	200	61,2	0,18	0,19	13,74	0,02	0,03	8,3	27,88	0,63
	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 :	101,6		888,48	27,59	31,5	133,62	0,42	0,48	23,75	419,64	6,4	
	Итого за день:	161,02		1539,8	47,7	53,66	224,1	0,72	0,86	40,51	717,84	10	

Нач. лагеря