

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

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

28 мая										
Наименование блюд	Цена	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	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	1,18
сб. Москва Р№ 265 Макароны отварные с сыром	23,16	210/15	373,7	12,9	13,26	46,91	0,18	0,12	0,31	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	0,7
Рецептура № 88 пр Хлеб домашний подовый	1,55	35	52,9	2,17	0,3	11,2	0,03	0,02	0	0,32
Итого :	37,13		541	17,57	19,75	69,69	0,26	0,31	13,86	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	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	0,9
сб.Москва Р№ 207 Куры отварные	38,15	90	210,6	17,5	10,62	27,61	0,09	0,15	0,27	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	0,1
сб.Москва Р№ 382 Кисель плодово-ягодный	3,12	200	119	0	0	9,98	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	0,4
Промыш производс Хлеб ржаной	1,57	25	65,75	1,7	0,3	11,6	0,04	0,02	1,5	0,3
Итого :	91,15		777,66	25,9	24,95	104,62	0,38	0,43	18,81	3,81
Итого за день:	128,28		1318,66	43,47	44,7	174,31	0,64	0,74	32,67	6,81

Директор КШП

Экономист

Зав.производством

Нач.лагеря



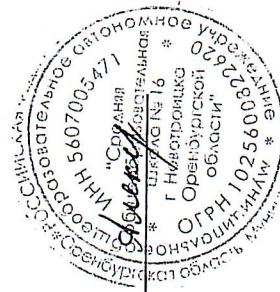
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

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

Школа №

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 зеп. горош. и луком	15,35	100	127,5	3,67	9,32	5,36	0,08	0,23	15,75	45,42	1,97
сб. Москва Р№ 265	Макаронные отварные с сыром	23,16	210/15	373,7	12,9	13,26	48,91	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	1,77	40	60,5	2,48	0,34	13,82	0,03	0,02	0	8	0,36
	Итого :	43,49		599,6	19,35	22,92	76,79	0,29	0,38	17,16	279,62	3,83
Обед												
сб. Москва Р№ 59	Салат из свежих огурцов с растит. маслом	21,02	100	88,33	0,73	5,08	2,4	0,05	0,03	4,93	129,82	0,03
ед. сборник № 94	Борщ с картофелем со сметаной	14,36	250/5	112,3	3,83	5,85	11,09	0,1	0,11	9,18	107,2	1,42
сб. Москва Р№ 207	Куры отварные	42,39	100	224	19,44	11,8	30,68	0,11	0,16	0,3	31,25	2,83
сб. Москва Р№ 303	Картофель и овощи тушенные в соусе	26,62	180	205,2	1,19	7,08	36,8	0,12	0,14	7,32	88,99	0,12
сб. Москва Р№ 382	Кисель плодово-ягодный	3,12	200	119	0	0	9,98	0	0	0	0,2	0
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 производс	Хлеб ржаной	2,52	40	105,2	2,72	0,48	18,56	0,06	0,05	2,4	50,16	0,48
	Итого :	112,69		944,71	30,83	30,8	128,71	0,49	0,53	24,13	419,62	5,41
	Итого за день:	156,18		1544,31	50,18	53,72	205,5	0,78	0,91	41,29	699,24	9,24



Директор КШП

Экономист

Зав. производством

Нач. лагеря