



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц 10 число 06 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 12	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с зеленым горошком /Помидор в нарезке	200/100	21,4	35,7	4	426,5	54-20/70	33
	Какао с молоком	200	4,9	5	61	190	303	22
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,5
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		565	32,91	53,2	86,41	834,6		74,50 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	100	0,9	7,1	3,9	85	54-5з	16
	Щи зеленые со сметаной и мясом	250	4,5	6,9	8,8	216,3	159	33
	Картофель отварной с зеленью	180	3,6	5,3	29,1	199,8	348	30
	Котлеты «Московские»	100	13,1	22,7	11,5	305	303	41,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
ИТОГО ЗА ОБЕД	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
		890	27	42,6	99,8	1078,1		147,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			59,91	95,8	186,21	1912,7		

Зав.производством

Иванов/Иванова