



## МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников  
дети 7 - 11 лет

Месяц Июль число 06 2025 года

| Прием пищи       | Наименование блюда                                      | Вес порции | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|---------------------------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
|                  |                                                         |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |                 |           |
| ДЕНЬ 8           | 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 | 150/60     | 15               | 25    | 2,85     | 298,5                   | 54-20/70        | 24        |
|                  | Кофейный напиток с молоком                              | 200        | 4,9              | 5     | 32,5     | 190                     | 300             | 20        |
|                  | 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         |
|                  | Фрукты свежие                                           | 100        | 0,3              | 0     | 8,6      | 40                      | 338             | 9         |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК |                                                         | 575        | 26,81            | 42,5  | 65,36    | 746,6                   |                 | 72,50 Р   |
| ОБЕД             | Салат из свежих помидоров и огурцов                     | 100        | 1,4              | 4,1   | 3,3      | 57                      | 54-53           | 20        |
|                  | Борщ зеленый с мясом и сметаной                         | 250        | 3,6              | 5,9   | 16       | 132                     | 117             | 36        |
|                  | Макаронные изделия отварные с маслом                    | 150        | 5,1              | 9,15  | 34,2     | 244,5                   | 203             | 21        |
|                  | Сердце в соусе                                          | 90         | 19,2             | 19,6  | 1,5      | 260                     | 262/330         | 36,21 *   |
|                  | Соки овощные, фруктовые и ягодные                       | 200        | 1                | 0     | 21,2     | 88                      | 386             | 20        |
|                  | Хлеб пшеничный                                          | 40         | 3                | 0,4   | 19,6     | 93,8                    | Пром            | 3         |
|                  | Хлеб ржаной                                             | 20         | 1,3              | 0,2   | 6,7      | 34,2                    | Пром            | 2         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД    |                                                         | 850        | 34,6             | 39,35 | 102,5    | 909,5                   |                 | 138,21 Р  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ    |                                                         |            | 61,41            | 81,85 | 167,86   | 1656,1                  |                 | 210,21 Р  |

Зав.производством

*Иванов / Иванова*