



МЕНЮ

для лагерей с дневным пребыванием детей в период школьных летних каникул в
возрасте от 11 до 15 лет

На 10 июля 2026 г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Яйцо вареное	1/40	6-72	5,10	4,60	0,30	63,00	Могильный М.П. 2005-209
Икра кабачковая	100	20-52	1,40	4,80	8,50	83,00	Могильный М.П. 2005-73
Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	100/5	8-51	1,40	4,80	8,50	83,00	Могильный М.П. 2012-73
Компот из лимонов	200	10-11	0,08	0,00	27,08	108,60	А.И. Здобнов-864
Хлеб формовой витаминно- йодированный из пшеничной муки	30	1-91	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб формовой витаминно- йодированный ржано- пшеничный	30	1-91	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Фрукты (яблоко)	1/200	27-20	0,40	0,00	12,60	52,00	Могильный М.П. 2005-333
Итого	605	76-88	9,35	11,26	62,98	488,32	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Овощи свежие в нарезке помидоры	100	13-22	0,48	0,00	2,04	9,60	Могильный М.П. 2005-71
Суп картофельный с клецками	250	11-98	5,23	6,28	29,00	193,50	Могильный М.П. 2005-109
Птица, тушеная в томатном соусе	90/30	77-51	18,90	23,94	5,32	312,20	Могильный М.П. 2005- 290/331
Рагу из овощей	180	22-57	2,59	11,52	31,96	241,92	Могильный М.П. 2005-149
Компот из смеси сухофруктов	200	6-32	0,08	0,00	21,82	87,60	Могильный М.П. 2005-349
Хлеб формовой витаминно- йодированный из пшеничной муки	30	1-91	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб формовой витаминно- йодированный ржано- пшеничный	20	1-27	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Итого	900	134-78	30,97	42,28	111,32	950,42	

Технолог:

Калькулятор: