

МЕНЮ

На 3 июня 2025 года
для летнего оздоровительного лагеря
МБОУ «Школа № 7»

Рацион Сборник	Наименование блюда	Масса порций	белки, г	жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность	Цена, руб коп
ЗАВТРАК							
15/17	Сыр порционный	20	4,64	5,9		72,0	19,05
54/17	Салат из свеклы с яблоками	60	0,66	3,66	6,72	62,34	6,87
240/17	Фрикадельки рыбные	90	11,07	1,7	8,04	91,8	30,91
312/17	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	137,25	27,15
376/17	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,0	60,0	4,82
т.т.к.	Батон домашний	50	3,75	1,45	25,7	131,0	2,03
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) водированный	40	2,24	0,4	19,76	92,0	3,12
Итого завтрак		625	25,49	17,97	95,66	646,35	93,95
ОБЕД							
2/21	Салат витаминный с зеленью	60/2	0,72	3,06	3,3	43,8	8,85
111/17, 288/17	Суп с макаронными изделиями (лапша) курицей отварной и зеленью	250/25/2	9,44	8,4	12,75	174	20,37
268/17	Котлета мясная	90	14,13	15,33	12,7	248,31	62,96
171/17	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,76	2,3	39,75	214	9,06
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	4,17
т.т.к.	Батон домашний	70	5,25	2,0	36,0	183,4	2,85
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) водированный	50	2,80	0,6	24,7	115,0	3,90
338/17	Абрикосы	150	0,6	0,6	14,7	70,5	56,6
Итого обед		1049	42,20	36,16	174,80	1 211,5	168,76
ВСЕГО			67,69	54,13	270,46	1 857,86	262,71

Директор

М.Ф. Марченко

Зав. производством

С.В. Мирошниченко

Калькулятор

Л.В. Синцова



МЕНЮ

На 2 июня 2025 года
для летнего оздоровительного лагеря
МБОУ «Школа № 7»

Рецепт, Сборник	Наименование блюда	Масса порций	белки, г	жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность	Цена, руб. экв.
ЗАВТРАК							
209-17	Яйцо вареное	140	5,1	4,6	0,3	63,0	6,30
174-17	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/10	6,00	10,85	42,95	294,0	27,41
379-17	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,68	14,7	100,6	16,65
ГТК	Батон домашний	50	3,75	1,45	25,7	131,0	2,03
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) водированный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	3,12
	Винегрет	150	0,6	0,6	14,7	70,5	68,05
Итого завтрак		690	20,86	20,62	118,11	751,06	123,56
ОБЕД							
24-17	Салат из свежих огурцов и помидоров с зеленью	60/2	0,58	3,64	2,2	42,42	12,53
82/17	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне с зеленью	250/2	1,80	4,9	10,9	103,75	13,57
245-17	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,0	11,02	3,4	162,9	67,61
309-17	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,4	168,45	11,47
389-17	Сок фруктовый	200	1,4	0,40	22,8	100,4	27,22
ГТК	Батон домашний	70	5,25	2,03	36,0	183,4	2,85
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) водированный	50	2,80	0,55	24,7	114,95	3,90
Итого обед		874	30,33	27,04	126,44	876,27	139,15
ВСЕГО			51,19	47,66	244,55	1 627,33	262,71

Директор

Зав. производством

Калькулятор



М.Ф. Марченко

С.В. Мирошниченко

Д.В. Синцова