



Утверждаю:
Начальник лагеря М.В. Гришина

Меню на 24 июня 2026 г. для питания обучающихся в школьном лагере

День 8, 2 недели

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса		Цена	белки		жиры		углеводы		калории	
	7-10 лет	11-18 лет		7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Каша овсяная молочная жидкая	250	250,00	32,17	5,9	7,37	8,48	10,6	7,89	9,86	135,9	169,87
Сыр твердых сортов в нарезке	30	30,00	21,11	7,02	7,02	5,80	5,80	0,00	0,00	109,10	109,10
Батон нарезной	60	60,00	6,64	2,80	2,80	0,80	0,80	20,00	20,00	105,60	105,60
Чай каркаде	200	200,00	10,00	0,10	0,10	0,03	0,03	11,00	11,00	35,00	35,00
Итого за Завтрак			69,92	15,82	17,29	15,11	17,23	38,89	40,86	385,60	419,57

ОБЕД

Овощи по сезону (помидор соленый)	60	60,00	6,00	0,66	0,66	0,12	0,12	2,28	2,28	13,20	13,20
Рассольник "Ленинградский"	250	300,00	15,00	1,50	1,50	1,90	1,90	13,20	13,20	76,70	76,70
Пюре из бобовых с маслом	150	200,00	13,00	13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00
Тефтели куриные	120	120,00	62,73	10,97	10,97	9,65	9,65	9,88	9,88	170	170
Чай черный байховый с сахаром	200	200,00	6,02	0,20	0,20	0,00	0,00	6,40	6,40	26,40	26,40
Хлеб ржано-пшеничный пеклеваный	30	30,00	2,00	6,50	6,50	0,80	0,80	33,80	33,80	177,60	177,60
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30,00	2,00	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед			106,75	35,54	39,98	19,46	21,69	114,35	125,75	785,50	868,50
Итого за день			176,67	51,36	57,27	34,57	38,92	153,24	166,61	1171,10	1288,07
шеф-повар										Г.А. Коломина	