

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник

детского оздоровительного лагеря

С.И.И.

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор

ООО «ЛАДИЯ»

Л.В. Нечаева



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 01 " 06 2025г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	170/50	23,35	24,14	51,87	534,05
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Печенье	30	1,93	2,45	30,49	112,00
	Итого	595	35,78	34,59	121,20	919,95
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	855	27,61	22,71	104,56	737,63
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1450	63,39	57,30	225,76	1657,58

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 01 " 06 2025г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	200/50	30,29	28,25	55,91	598,65
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Печенье	40	2,56	3,26	40,48	148,74
	Итого	635	43,35	39,51	134,45	1021,29
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	270	23,51	20,81	23,22	374,40
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	1020	34,02	27,53	125,93	897,58
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1655	77,37	67,04	260,38	1918,87

Зав.произв

С.И.И.

Приятного аппетита