

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря

«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «ЛАДИЯ»



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

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
73	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
204	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,12	10,69	26,65	238,65
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
	Итого	565	20,75	28,76	82,88	669,89
	Обед					
20	Салат из свежих огурцов	60	0,45	3,61	1,41	39,95
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,41	4,96	12,49	130,00
235	Шницель рыбный	100	6,66	8,08	35,00	164,00
145	Картофель, тушеный с луком	150	3,14	10,58	21,11	195,00
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,60	0,08	28,82	119,71
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	880	22,40	28,65	155,95	904,52
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1445	43,15	57,40	238,83	1574,41

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 11 " 06 2025г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
204	Макаронные изделия отварные с сыром	180	10,94	12,83	31,98	286,23
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	650	24,12	33,94	102,36	805,70
	Обед					
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
117	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250	0,58	2,43	1,72	29,25
235	Шницель рыбный	120	16,51	9,70	10,80	196,80
145	Картофель, тушеный с луком	180	3,76	12,69	25,33	234,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
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	1070	29,17	32,58	143,89	985,26
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1720	53,29	66,52	246,25	1790,96

Зав.произв

Приятного аппетита