

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник
детского оздоровительного лагеря

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
ООО «ЛАДИЯ»

Г.В. Нечаева

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 13 " 06 2025г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ. молоком	50/20	7,29	6,91	22,90	183,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,39	24,60	117,00
	Итого	625	20,69	14,61	99,78	682,00
	Обед					
71	Огурцы свежие	60	0,42	0,05	0,95	98,00
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
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)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого	905	27,86	23,00	110,10	851,73
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1530	48,55	37,61	209,88	1533,73

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 13 " 06 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	260	7,47	4,28	40,09	310,74
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	100/20	0,90	0,00	18,20	76,57
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	Итого	675	14,59	8,63	102,65	635,21
	Обед					
71	Огурцы свежие	100	0,07	0,10	1,90	186,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	270	23,51	20,81	23,22	74,40
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)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого	1070	33,60	27,85	131,88	1093,08
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1745	48,19	36,48	234,53	1728,29

Зав.произв

Александрова, Г.В. - Директор

Приятного аппетита