

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник

детского оздоровительного лагеря

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор

ООО «ЛАДИЯ»

Г.В.Нечаева

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 18 " 06 2025г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	75/20	14,60	11,59	23,46	257,50
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,61	50,42
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>23,85</b>	<b>15,47</b>	<b>88,02</b>	<b>652,44</b>
	<b>Обед</b>					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
289	Рагу из птицы	200	14,42	13,45	17,45	249,08
342	Компот из вишни	180	0,29	0,07	25,41	104,50
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
	<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>22,00</b>	<b>19,02</b>	<b>110,70</b>	<b>705,44</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1355</b>	<b>45,85</b>	<b>34,49</b>	<b>198,72</b>	<b>1357,88</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 18 " 06 2025г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	260	7,47	4,28	40,09	310,74
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/20	18,96	15,44	27,84	326,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>29,15</b>	<b>20,24</b>	<b>107,39</b>	<b>813,64</b>
	<b>Обед</b>					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
289	Рагу из птицы	230	16,58	15,47	20,06	286,44
342	Компот из вишни	200	0,32	0,08	28,20	116,00
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
	<b>Итого</b>	<b>1000</b>	<b>26,72</b>	<b>22,44</b>	<b>133,82</b>	<b>852,05</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1630</b>	<b>55,87</b>	<b>42,68</b>	<b>241,21</b>	<b>1665,69</b>

Зав.произв

Мамутова, СВ - Шел

# Приятного аппетита