



Меню на 18.06.2025  
пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			порций	белки	жиры	углеводы	

Третий день (первая неделя)

**Завтрак**

гор. блюдо	ТТК212	Омлет натуральный с овощами (помидор)	150	<b>33,73</b>	10,90	10,50	2,80	153,00
гор. напиток	382	Какао с молоком	200	<b>24,20</b>	3,90	3,10	25,00	144,00
хлеб черный		Хлеб пшеничный	40	<b>3,81</b>	3,24	0,40	19,50	96,80
		Хлеб ржано-пшеничный	20	<b>2,26</b>	2,19	0,39	10,90	56,10
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	<b>15,71</b>	0,52	0,52	11,44	61,10
	14	Масло сливочное крестьянское	10	<b>16,61</b>	0,10	7,25	0,10	66,20
		Вода питьевая	500	<b>26,00</b>				
		<b>Итого завтрак</b>	<b>1060,00</b>	<b>122,32</b>	<b>20,85</b>	<b>22,16</b>	<b>69,74</b>	<b>577,20</b>

**Обед**

закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	<b>12,14</b>	0,70	0,10	1,14	14,50
1-е блюдо	101	Суп картофельный с пшеном	250	<b>14,76</b>	2,97	5,50	23,80	156,00
2-е блюдо	ТТК234	Котлета рыбная с соусом 70/30	100	<b>43,28</b>	9,48	12,00	9,91	182,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	<b>29,78</b>	3,13	5,25	20,30	141,00
сладкое	348	Компот из сушеных ягод и плодов (изюм)	200	<b>12,65</b>	0,63	0,10	28,70	118,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	<b>3,81</b>	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	<b>2,26</b>	1,36	0,32	7,96	40,20
		<b>Итого обед</b>	<b>830</b>	<b>118,68</b>	<b>22,55</b>	<b>25,07</b>	<b>109,21</b>	<b>761,30</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>1890</b>	<b>241,00</b>	<b>43,40</b>	<b>47,23</b>	<b>178,95</b>	<b>1338,50</b>

Зав. производством/ Буфетчик \_\_\_\_\_

Начальник лагеря  \_\_\_\_\_