



Согласовано:
 Директор МБОУ *С.В. Журнаментской*
 муниципального района
В.И. Колесова



Утверждаю:
 Председатель СПОСЦК "Эдем"
 Турнина А.А.

МЕНЮ

День 19

Дата " _____ " _____ 2026 г.

Пришкольный оздоровительный лагерь

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, в гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность ккал
			белки	жиры	углеводы	
Завтрак	Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	200/5/10	7,3	10,39	26,7	229,51
	Бутерброд с маслом	50/10	4,18	8,6	24,13	190,64
	Запеканка из творога	50	8,08	2,69	5,03	76,65
	Хлеб пшеничный	25	2,05	0,675	12	62,27
	Фрукты или ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,04	0,005	10,1	40,7
	Итого за завтрак			22,05	22,76	87,76
2-ой завтрак	Сок	200	0	0	10,5	42
	Кондитерское изделие	30	1,8	6,6	16,8	133,8
	Итого за 2-ой завтрак		1,8	6,6	27,3	175,8
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	1,16	6,05	5,8	82,29
	Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб с гречками из	235/15	6,99	3,4	24,48	156,48
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	7,6	33,6	230,3
	Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом	90/30	12,8	12,96	11,5	213,84
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	19,2	88,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	1,08	16,4	80,12
	Компот из сухофруктов	200	0,05	0	12,6	50,6
Итого за обед			31,02	31,63	123,58	901,85
Итого за день:			54,87	59,03	238,64	1724,42
Цена за день:		248,35				

[Signature]
 _____ Технолог
 _____ Старший повар