



Согласовано:  
Директор МБОУ

*В.В. Дюкертискинский*  
Муниципального района  
*Р.В. Рашитов*



Сверждаю:  
Председатель СПОСЦК "Эдем"  
Бурнина А.А.

МЕНЮ

День 20

Дата " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2026 г.

Пришкольный оздоровительный лагерь

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, в гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	ккал
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	200/5/10	8,37	9,984	32,97	255,21
	Бутерброд с маслом и сыром	50/10/10	3,7	3,3	17,79	115,66
	Омлет натуральный	60	3,05	3,2	5,66	63,64
	Хлеб пшеничный	20	1,64	0,54	9,6	49,82
	Фрукты или ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	Какао с молоком	200	4,92	5,32	19,86	147,08
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>22,08</b>	<b>22,744</b>	<b>95,68</b>	<b>678,41</b>
2-ой завтрак	Сок	200	0	0	10,5	42
	Пирожок с яблоком печенный	60	4,19	4,88	20,31	141,92
	<b>Итого за 2-ой завтрак</b>		<b>4,19</b>	<b>4,88</b>	<b>30,81</b>	<b>183,92</b>
Обед	Свекла отварная дольками	60	0,63	0,05	6,5	28,97
	Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7	8,2	17,3	171,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
	Фрикассе из куриных грудок	50/50	9,76	12,8	4,06	170,48
	Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	1,44	16,4	80,12
	Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
	<b>Итого за обед</b>		<b>30,54</b>	<b>31,66</b>	<b>123,26</b>	<b>891,41</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>56,81</b>	<b>59,284</b>	<b>249,75</b>	<b>1753,74</b>
<b>Цена за день:</b>		<b>248,35</b>				

*[Signature]*  
Технолог  
Старший повар