

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
по городским школьным столовым для питания учащихся в оздоровительном лагере в летний период 2025 года
возрастная категория с 12 до 18 лет

Школа №

Рецептуры блюд	Наименование блюд	4 июня										
		Цена	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак											
сб.Москва Р№308	Котлета рыбная любительская с соусом	22.89	80/30	277.89	11.91	12.26	24.95	0.16	0.13	13.11	160	1.87
сб.Москва Р№443	Картофельное пюре	28.99	200	208	4.32	7.96	29.4	0.09	0.16	2.7	99.66	0.13
сб.Москва 54-3-гн	Чай с лимоном и сахаром	3.21	200	37.9	0.3	0	8.7	0	0.01	1.1	6.9	0.7
Рецептура № 88 пр	Хлеб домашний подовый	1.77	40	60.46	2.48	0.34	13.82	0.03	0.02	0	8	0.36
	Итого :	56.86		584.25	19.01	20.56	76.87	0.28	0.32	16.91	274.56	3.6
	Обед											
сб.рец НИИОП №59	Салат из свежих помидор и огурцов	21.98	100	73	0.97	6.07	3.65	0.03	0.13	8.13	126.63	0.28
сб.Москва Р№ 118	Суп картофельный с горохом	12.88	250	146	5.47	4.74	16.74	0.16	0.07	3.78	54.8	0.52
сб.Москва Р№178	Оладьи из печени в соусе	37.95	120	180.4	11.02	12.66	11.9	0.11	0.15	10.1	138.54	1.97
сб.Москва Р№445	Каша гречневая вязкая	7.86	180	210	8.04	6.73	48.68	0.07	0.12	0	34.2	1.69
сб.МоскваР№382	Кисель плодово-ягодный	3.12	200	119	0	0	9.98	0	0	0.04	0.2	0.03
Рецептура № 88 пр	Хлеб домашний подовый	2.66	60	90.68	2.92	0.51	19.2	0.05	0.04	0	12	0.53
Промыш производств	Хлеб ржаной	2.52	40	105.2	2.72	0.48	18.56	0.06	0.05	2.4	50.16	0.48
	Итого :	88.97		924.28	31.14	31.19	128.71	0.48	0.56	24.45	416.53	5.5
	Итого за день:	145.83		1508.5	50.15	51.75	205.58	0.76	0.88	41.36	691.09	9.1

Директор КШП _____ Экономист _____ Зав.производством _____ Нач.лагеря _____