



Согласовано
Директор МБОУ КСОШ №19



Меню на 03.06.2025

для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углевод	ценность
Завтрак								
гор. блюдо	ТТК 204	Макароны с сыром	150	43,06	10,20	11,20	24,70	240,00
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,81	0,32	0,00	13,70	56,49
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,81	4,28	1,80	17,40	109,60
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное	10	16,61	0,10	7,25	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	10	12,50	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1055	119,39	17,72	23,67	67,38	569,59
Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	4,61	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	13,36	1,69	4,91	12,40	101,00
2-е блюдо	ТТК 268	Котлета из говядины с соусом 70/30	100	79,06	11,10	14,50	13,00	227,00
гарнир	309	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,65	6,15	4,20	34,70	201,00
сладкое	348	Компот из смеси сухофруктов	200	5,53	0,50	0,00	28,90	117,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,54	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	121,61	24,19	25,24	113,12	781,20
		Итого за день	1865	241,00	41,91	48,91	180,5	1350,79

Зав. производством _____ Алейникова И.А.

Начальник лагеря _____