

Утверждаю: Гуляева Р.С. 2025.

МБОУ "Ольгинская общеобразовательная школа"

Меню для детей в лагере дневного пребывания						
с 7 лет на июль 2025 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		19,5	21,6	83,9	661	26-30
Батон с маслом с сыром	30/25	5,3	11,9	118	116	38-10
Суп молочный с крупой	250	6,6	6,6	218	113	18-10
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	14-10
Булочка Розанчик	50	3,5	5,9	18,0	139	12-00
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	20/90	0,4/0,5	0,3/0,3	22/16	39/34	2-00 2-00
Обед		32,6	21,1	123,0		121-47
Напиток из свежих овощей	100	0,9	5,0	31	61	17-63
Суп картофельный с бобовыми с зеленью и зеленью	250/50	9,9	6,7	32,5	230	29-04
Рыба запеченная в масле	90/5	15,8	2,5	10,0	180	37-22
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	23-59
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	12,8	77	5-40
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	40/40	0,8/0,9	0,6/0,5	11,6/15,1	77/69	4-00 4-00
Пудинг		12,7	11,1	57,8		20-11
Сырники творожные со сметаной	200	12,3	10,5	24,2	241	78-59
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	57	2-12

Мед. Работник Котурова С.И.

Повар-бригадир Иванов А.И.

Меню для детей в лагере дневного пребывания						
с 12.05.25 на июль 2025 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
		19,5	21,6	83,9	661	26-30
Батон с маслом с сыром	30/25	5,3	11,9	11,8	116	38-10
Сыр мясной с крупой	250	6,6	6,6	21,8	113	18-10
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	14-10
Булочка Розочки	50	3,5	5,9	18,0	139	12-00
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	90/90	11,4/11,5	10,3/10,3	82/86	39/34	2-00 2-00
Обед						
		32,6	21,1	123,0		121-41
Нарезка из свежих овощей	100	0,9	5,0	3,1	61	17-63
Суп картофельный с бобовыми с грибами и зеленью	250/500	9,9	6,7	32,5	230	29-04
Рыба запеченная в масле	90/5	15,8	2,5	19,0	180	37-22
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,1	116	23-59
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	12,8	77	5-40
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	40/40	11,8/11,9	10,6/10,5	116/111	77/69	4-00 4-00
Творог		12,1	11,1	51,8		20-11
Сыр творожный со сливками и мясом	200	12,3	10,5	24,2	241	78-59
Торт с шоколадом	200	0,1	0,0	12,6	57	2-12

Мед. Работник

Повар-бригадир

Котурова Г. И.
Иванов В. А.