

Согласовано Директор ИКОС Костюко Наталья СС

Утверждено Директор ООО "

05.06.2025г.

Примерное 12-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образований Ульяновской области

4 день

4 день									
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена рубли	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
Каша молочная геркулесовая жидкая с маслом и сахаром	220	9,8	7,5	24,7	205,5	20,89	54-22к	2022н	
Блинчики со молоком ступенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	25	399	2017м	
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022н	
Итого за прием пищи:	507	14,0	12,4	53,1	547,9				
Обед									
Овощи по сезону (отрупец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52	25	54-2з	2022н	
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74	20	54-17с	2022н	
Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	415	50	291	2017м	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022н	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010	
Итого за прием пищи:	760	29,7	30,1	111,6	792,22	168,89			
Всего за день:		43,7	42,5	164,7	1340,12				

