



Александр Б.

Утверждено Директор ООО "

10/10/2025

Примерное 10-ти дневное меню

детей с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул при 2-х разовом питании

4 день 19.06.2025

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/шт	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
4 день. 29.06.2025										
Завтрак										
Каша молочная геркулесовая жидкая с маслом и сахаром		220	9,8	7,5	24,7	205,5	20,89	54-22к	2022г	
Блинчики со молоком слоеными 50/20		70	3,91	4,88	17,85	130,96	25	399	2017г	
Чай с сахаром и лимоном		207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022г	
Итого за прием пищи:		507	14,0	12,4	53,1	547,9				
Обед										
Овощи по сезону (огурец свежий)		60	0,5	0,1	1,5	8,52	25	54-23	2022г	
Суп из овощей		200	1,4	4,0	8,9	74	20	54-17с	2022г	
Плов из птицы		200	20,4	25,3	36,5	415	50	291	2017г	
Компот из смеси сухофруктов		200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022г	
Хлеб пшеничный		50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010	
Хлеб пеклежанный		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				