

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 22

« 07 » 07 2025 г.

МЕНЮ

для лагерей с дневным пребыванием детей в период школьных летних каникул в
возрасте от 6 до 10 лет

На 07 июля 2025 г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Яйцо вареное	1/40	8-00	5,10	4,60	0,30	63,00	Могильный М.П. 2005-209
Икра кабачковая	1/100	16-84	1,40	4,80	8,50	83,00	Могильный М.П. 2005-73
Компот из лимонов	1/200	5-96	0,08	0,00	27,08	108,60	А.И.Здобнов-864
Хлеб пшеничный	1/30	1-50	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб ржаной	1/30	1-16	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Фрукты свежие яблоки	1/100	10-30	0,40	0,00	12,60	52,00	Могильный М.П. 2005-338
Итого	1/500	43-76	15,31	9,94	69,66	412,20	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Овощи свежие в нарезке огурцы	1/60	7-15	0,72	0,12	2,76	15,6	Могильный М.П. 2005-71
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/200	8-52	4,14	4,28	18,88	130,60	Могильный М.П. 2005-102
Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным 72,5 % жирности	90/5	36-69	13,32	16,92	10,44	224,66	Могильный М.П. 2005-234
Каша рассыпчатая пшениная с овощами	1/150	9-46	3,5	3,74	34,69	186,00	Могильный М.П. 2005-166
Компот из смеси сухофруктов	1/200	7-49	0,08	0,00	21,82	87,60	Могильный М.П. 2005-349
Хлеб пшеничный	1/30	1-50	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб ржаной	1/20	1-16	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Итого	1/755	71-97	25,45	25,60	109,77	750,06	