

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 22

«09» 07 2025 г.



МЕНЮ

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

На 09 июля 2025 г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	№ рецептуры
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
Сыр «Российский» 50 % жирности	1/25	19-69	4,64	5,91	0,00	72,00	Могильный М.П. 2005-15
Каша жидкая молочная рисовая	200/5	14-59	2,19	5,09	22,53	145,33	Могильный М.П. 2005-182
Чай с лимоном	200/15/7	3-42	0,20	0,00	16,00	65,00	Могильный М.П. 2005-377
Булочка «Ладушка» йодированная	1/50	14-00	2,75	0,55	26,80	139,00	Пром.
Итого	1/502	51-70	9,78	11,55	65,33	421,33	
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
Икра морковная	1/60	6-27	1,26	4,08	8,28	75,00	Могильный М.П. 2005-75
Рассольник «Ленинградский» с крупой перловой	1/200	12-62	1,68	4,08	16,40	109,00	Могильный М.П. 2005-96
Жаркое по-домашнему	1/240	76-59	24,16	22,40	20,64	381,60	Новосибирск 2022 №54-
Хлеб пшеничный	1/30	1-50	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.
Хлеб ржаной	1/20	0-78	1,32	0,24	6,68	34,60	Пром.
Сок фруктовый	1/200	40-00	1,00	0,00	24,40	101,60	Пром.
Итого	1/755	137-76	31,79	31,1	90,9	772,8	