

# Меню (1 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор

1 июня 2026 года.

на 1 июня 2026 года.

## Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (летнем оздоровительном лагере) 1-4х классов

№ рецептуры	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
<b>ДЕНЬ №1 ЗАВТРАК</b>						
210	Омлет натуральный	150	13,94	24,82	2,64	289,65
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>19,04</b>	<b>27,07</b>	<b>52,50</b>	<b>536,35</b>
<b>День №1 ОБЕД</b>						
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,08	3,00	4,80	50,10
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,30	4,20	9,60	113,80
	Сосиска отварная с соусом томатным (60/30)	90	9,90	21,51	0,34	234,50
309	Макаронны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>710</b>	<b>19,34</b>	<b>33,84</b>	<b>74,09</b>	<b>711,99</b>
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:</b>		<b>1280</b>	<b>38,38</b>	<b>60,91</b>	<b>126,59</b>	<b>1248,34</b>

Стоимость питания: завтрак и обед 1-4 кл. 193,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: \_\_\_\_\_ Османова Л.А.

Главный бухгалтер: \_\_\_\_\_ Долгополова Л.А.

Заведующий производством (Шеф-повар) \_\_\_\_\_