

Начальник лагеря

Какурина Л.И.



"Радуга" ТБОУ СОИМ с. Аленовка

10 ИЮНЯ 2025 ГОД (шестой день)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг цен Ккал
ЗАВТРАК			
282	Запеканка рисовая с творогом	150	239
Пром.	Хлеб пшеничный	30	58,7
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	46
82	Фрукты свежие (яблоко)	129,72	70
Итого		509,72	413,7
ОБЕД			
116	Суп из овощей	200	296
2	Салат Витаминный	100	73
54-1г-2020	Макароны отварные	150	202
54-5м-2020	Котлеты из курицы с соусом	100	127,1
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71
Итого		810	857,13

Стоимость всего меню в день 179 рублей												
Для всего меню в граммах содержится												
Пищевые вещества, г				Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы		Ca			Mg		P		Fe	
43,12	43,14	172,55		292,4			280		560,88		11,53	
Витамины, мг												
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.	
71,08	0,58	0,1					53,33				5,27	

Согласовано:
Начальник лагеря

Игорь

Утверждаю:



ЛАГЕРЬ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ

Лагерь ТФОУ СОМ с. Алексеевка

МЕНЮ

11 ИЮНЯ 2025 ГОД (седьмой день)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг. цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-18к-2020	Суп молочный с рисом	200	711,4
541	Булочка ванильная	60	179
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
82	Фрукты свежие (Апельсин)	163,2	70
Итого		623,2	987,2
ОБЕД			
54-1с-2020	Щи из свежей капусты	200	480,3
54-23г-2020	Горошница	150	204,8
54-14р-2020	Тефтели рыбные с соусом	110	221
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	133
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71
Итого		820	1251,23

Стоимость всего меню в день 179 рублей						
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe
67,82	67,9	271,4	1261,9	399,2	1301,68	15,24
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.
729,26	0,99	1,14				
			C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.
			71,04			
			PP, мг.			13,11