



СОГЛАСОВАНО:



Утверждаю:

ИП Лазаренко А.А.



2025

Меню на 22.08.2025

№ рецептуры	Наименование	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
16 день							
Завтрак							
№340	Омлет натуральный с зелёным горошком	150	16,5	2,82	34,2	381,5	33,71
358-Л	Бутерброд с маслом и сыром	65	7,7	10,36	16,89	191,52	25,00
685- Л	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	49,09	10,00
	Йогурт	100	5	3,2	8,5	85	45,00
Обед							
170 - 3	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,2	82	20,00
286 – М	Тефтели	90	11,78	12,91	14,9	222,91	58,00
694 - 3	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,24	20,00
б/н- Л	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	16,84	82,76	3,00
54-3	Помидор свежий	60	0,7	0,1	2,3	12,9	18,00
868 - 3	Компот из сухофруктов	200	0,04	0	24,76	99,2	10,00
847 -3	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	20,00
	Итого	1355	49,73	38,89	171,03	1388,52	262,71

Начальник лагеря

Повар

Л.А.Нечаева

Осинцова Г.И.