МЕНЮ

осеннего оздоровительного лагеря для учащихся
на «27» октября 2026г.
МОБУ СОШ № 16
Количество учащихся 20 человек

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход блюда	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена, руб.
ДЕНЬ 2							
			ЗАВТРАК				
22	Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,13	66,1	12,01
23	Сыр твердый	20	2,9	3,54	0,04	44,4	21,39
496	Котлета из филе куриного панированная жареная	110	22	19,6	10	284,8	83,37
473	Картофель отварной с маслом	180	4,2	3,98	11,1	221,12	22,57
48	Салат витаминный	100	0,83	6,11	5,27	79,39	18,89
629	Чай с лимоном	207	1,4	1,6	15,8	86	4,83
пр	Хлеб йодированный	30	2,43	0,3	14,64	110,4	3,31
пр	Хлеб ржаной	30	1,45	0,45	14,89	75,5	3,47
пр	Банан	287	1	1	18,3	88	61,86
	ИТОГО:	**974**	**36,31**	**43,83**	**90,17**	**1055,71**	**231,70**
			ОБЕД				
129	Суп картофельный с рисом, филе куриное, зелень	25/250/1	5,12	7,56	13,27	175,65	34,08
423	Тефтели из говядины	100/50	14,1	8,15	21,12	215,4	73,51
469	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,1	9,25	41,23	241,5	13,28
45	Салат из свежей капусты	100	1,31	3,25	6,5	60,5	11,15
пр	Булочка «Школьная с крошкой»	1/75	4,4	8,7	51,1	215	15,00
пр	Нектар фруктовый	200	0,4	0,4	14,2	58,6	20,88
пр	Хлеб йодированный	30	2,43	0,3	14,64	110,4	3,31
пр	Хлеб ржаной	30	1,45	0,45	14,89	75,5	3,47
	ИТОГО:	**1040**	**35,31**	**38,06**	**176,95**	**1152,55**	**174,68**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**2014**	**71,62**	**81,89**	**267,12**	**2208,26**	**406,38**

Директор ООО «Таганрогское школьное питание» С.В.Орехова

Заведующая производством: Н.Г.Бердыченко

Калькулятор: Л.В.Серебрянская

Начальник оздоровительного лагеря:

«Согласовано»: директор МОБУ СОШ № 16 Н.П.Макареня