МЕНЮ

осеннего оздоровительного лагеря для учащихся
на «30» 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 5							
	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
286	Омлет с сыром	120	17,25	7,5	8,25	259,2	63,06
ПП	Горошек зеленый консервированный	100	3,4	3,7	6,5	71,25	36,12
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	Мандарин	211	1	1	18,3	88	54,28
	ИТОГО:	**728**	**29,93**	**25,34**	**78,55**	**800,85**	**198,47**
	ОБЕД						
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками, зелень	250/35/1	2,2	2,8	15,4	106	55,63
351	Плов из мяса птицы	275	13,65	11,55	44,25	209,1	83,04
27	Салат из свежих помидоров	100	1,1	6,08	3,75	74,12	25,01
пр	Пирожок печеный с фруктовой начинкой	1/75	4,4	8,7	51,1	215	16,57
пр	Сок 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:	**995**	**25,63**	**30,28**	**158,23**	**848,72**	**207,91**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1723**	**55,56**	**55,62**	**236,78**	**1649,57**	**406,38**

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

Заведующая производством: Н.Т.Бердыченко

Калькулятор: Л.В.Серебрянская

Начальник оздоровительного лагеря:

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