

Согласовано:

Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием
МОУ СОШ "Лесковский ЦО"

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "СЕРНА"

Н.Е. Сорокина

МЕНЮ 12-18 ЛЕТ
БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ
ЗАВТРАК, ОБЕД, ПОЛДНИК
НА "9" "июль" 2026 г.

2 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТКМ	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль)	200	18,33	21,2	50,8	429,33	207	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай, сахар)	200	0,40	0,10	15	20,00	430	2008
КОНФЕТЫ ШОКОЛОДНЫЕ	50	3,5	2,75	18,17	145,00	к/к	
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,6	0,1	9	44	к/к	
Итого за прием пищи:	550	22,83	24,15	92,97	638,33		
Обед							
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦОМ СВЕЖИМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (редис свежий, огурец свежий, масло подсолнечное, соль)	100	2,12	9	2,58	113,13	52,02	АКП*
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное, сметана, петрушка свежая, соль)	250/10/1	10,77	8,04	37,14	253,8	76	2012
КОТЛЕТЫ "ПО-КОТЛИНСКИ" (Филе рыбы минтай, филе куриное) (филе минтая, филе цыпленка-бройлера, лук репчатый, батон, яйцо куриное, молоко, масло сливочное, соль)	100	10,3	8,9	12	178,44	141	АКП*
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	180	3,96	6,84	23	214,36	321	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЕЖЕВИКА) (ягоды ежевики свежемороженые, сахар)	200	0,2	0,8	17,42	69,44	123	2007
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	5,6	2,43	37,1	196	к/к	
Итого за прием пищи:	865	32,95	36,01	129,24	1025,17		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, масло сливочное, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи, масло подсолнечное, соль)	100	10,8	11,85	43,2	251	453	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1,00	0,00	25,40	120,00	к/к	
Итого за прием пищи:	300	11,80	11,85	68,60	371,00		
Всего за день:		67,58	72,01	290,81	2034,50		

Калькулятор

Зав. производством

Глазунова В.Г.

Согласовано:

Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием
МОУ СОШ "Лесковский ЦО"

Утверждаю:

Генеральный директор
ООО "СЕРНА"

Н.Е. Сорокина

МЕНЮ 7-11 ЛЕТ
БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ
ЗАВТРАК, ОБЕД, ПОЛДНИК

на "9" июня 2026 г.

2 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль)	150	13,75	15,90	42,60	322,00	207	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай, сахар)	200	0,40	0,10	15,00	20,00	430	2008
КОНФЕТЫ ШОКОЛОДНЫЕ	50	3,50	2,75	18,17	145,00	ис/ис	
АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,60	0,10	9,00	44,00	ис/ис	
Итого за прием пищи:	500	18,25	18,85	84,77	531,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦОМ СВЕЖИМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (редис свежий, огурец свежий, масло подсолнечное, соль)	60	1,27	5,9	1,55	66,08	52,02	АКП*
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное, сметана, петрушка свежая, соль)	200/10/1	8,7	6,5	30	205	76	2012
КОТЛЕТЫ "ПО-КОТЛИНСКИ" (Филе рыбы минтай, филе куриное) (филе минтая, филе цыпленка-бройлера, лук репчатый, батон, яйцо куриное, молоко,масло сливочное, соль)	90	9	8	11,4	153,4	141	АКП*
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	3,3	5,7	20,9	170,3	321	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЕЖЕВИКА) (ягоды ежевики свежемороженныс, сахар)	200	0,2	0,8	17,42	69,44	123	2007
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	5,6	2,43	37,1	196	ис/ис	
Итого за прием пищи:	735	28,07	29,33	118,37	860,22		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, масло сливочное, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи, масло подсолнечное, соль)	100	10,8	11,85	43,2	251	453	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1,00	0,00	25,40	120,00	ис/ис	
Итого за прием пищи:	300	11,80	11,85	68,60	371,00		
Всего за день:		58,12	60,03	271,74	1762,22		

Калькулятор

Зав. производством

Согласовано



Глазунова В.Г.