

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити"

[Handwritten signature]



Согласовано

Начальник лагеря МБОУ Школа № 105



МЕНЮ

На 10 июня 2026г.

Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0,10	7,20	0,13	65,72
Яйцо вареное	40гр.	5,08	4,60	0,28	63,00
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.	6,08	11,19	33,48	260,00
Кофейный напиток с молоком	200гр.	3,17	2,68	15,95	100,60
Кондитерское изделие конфеты	30гр.	1,50	0,04	11,36	52,00
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	560гр.	22,37	26,35	101,80	739,56
Обед:					
Салат из свежих овощей	75гр.	0,82	4,53	2,84	55,43
Суп картофельный с крупой рисовой, птицей и зеленью	250/10/3гр.	1,95	2,67	11,98	84,95
Рыба тушеная с овощами (минтай)	60/50гр.	13,41	6,81	5,22	144,37
Пюре картофельное	150гр.	3,08	2,33	19,13	109,73
Компот из смеси сухофруктов	200гр.	1,16	0,30	47,26	132,80
Хлеб пшеничный	2/60гр.	4,74	0,60	28,98	140,28
Хлеб ржаной	2/30гр.	3,36	0,66	29,64	137,94
Всего в обед:	918гр.	28,52	17,90	145,05	805,50
Полдник:					
Пирожок с повидлом	100гр.	4,60	1,87	44,45	212,80
Кисель	200гр.	0,24	0,12	35,76	145,08
Всего в полдник:	300гр.	4,84	1,99	80,21	357,88
Всего за день:		55,73	46,24	327,06	1903,04
Стоимость: 296,28 руб.					

Повар

[Handwritten signature]

Калькулятор

[Handwritten signature]