

М.П.
"Организатор питания"

Начальник лагеря

Сергей / Сергеева Т.О)

2025 г.

Меню

14 июля 2025г.

ДОЛ (завтрак, 2-ой завтрак, обед, полдник) для
детей 7-11 лет при муниципальных общеобразовательных
учреждениях Волосовского района Ленинградской области.

3 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети-ческая ценность
завтрак					
Бутерброд с джемом	55	2,5	3,9	28,9	161,0
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	27,3	19,0	33,2	323,0
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,1		10,2	21
итого за завтрак		29,9	22,9	72,3	505,0
второй завтрак					
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	6,3	4,0	10,6	88,0
Фрукты свежие	150	0,5		14,9	60,7
итого за второй завтрак		6,8	4,0	25,5	148,7
обед					
Салат из свежих огурцов	60	0,4	6,1	1,4	62
Суп-лапша домашняя с птицей, зеленью петрушки	200/20/2	5,6	6,5	9,9	206,2
Котлета рубленая мясная, запеченная с соусом молочным	90	10,8	12,0	9,3	237,5
Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203,0
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,2	0,4	11	56,0
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,5	78,0
Итого за обед		25,6	32,3	112	973,7
полдник					
Пирожок с яблоками	100	5,9	0,6	49	254,6
Сок фруктовый в инд. упак.	200	1,0		25	120,0
Итого за полдник		6,9	0,6	74	374,6
Итого за день		69	60	283,2	2002,0

Зав.производством:



Меню

14 июля 2025г.

ДОЛ (завтрак, 2-ой завтрак, обед) для
детей 12-18 лет при муниципальных общеобразовательных
учреждениях Волосовского района Ленинградской области.

3 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Бутерброд с джемом	55	2,5	3,9	28,9	161,0
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	44,7	31,3	57,2	425,6
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,1		10,2	21
итого за завтрак		47,3	35,2	96,3	607,6
второй завтрак					
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	6,3	4,0	10,6	88,0
Фрукты свежие	150	0,5		14,9	60,7
итого за второй завтрак		6,8	4,0	25,5	148,7
обед					
Салат из свежих огурцов	100	0,7	10	2,3	103
Суп-лапша домашняя с птицей, зеленью петрушки	250/20/2	6,8	8,0	12,1	258,0
Котлета рубленая мясная, запеченная с соусом молочным	100	11,6	12,9	10,0	256,0
Рис отварной	180	4,4	7,6	39,4	243,6
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,2	0,4	11	56,0
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,5	78,0
Итого за обед		28,6	39,9	122	1125,6
Итого за день		82,7	79,1	243,7	1881,9

Зав.производством: