

Меню

"8" июля 2025г.

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

7 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Бутерброд с сыром	45	4,7	6,9	14,6	139,0
Омлет натуральный	150	10,6	17,5	2,0	208,0
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	5,6	24
итого за завтрак		16,8	25,7	22,2	371,0
второй завтрак					
Печенье	40	3,8	3,8	28,8	130,0
Фрукты свежие	150	0,5		14,9	60,7
итого за второй завтрак		4,3	3,8	43,7	190,7
обед					
Салат из свеклы с сыром	60	2,8	5,7	4,3	110
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	7,0	9,5	8,8	197,4
Плов из птицы	290	56,7	14,1	48,8	444,3
Напиток лимонный	200	0,2		6,4	68,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,2	0,4	10,9	56
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	16	78,0
Итого за обед		71,2	30,6	95	953,7
полдник					
Сдоба обыкновенная	100	7,2	4,3	53	289,0
Сок фруктовый в инд. упак.	200	1,0		25	120,0
Итого за полдник		8,2	4,3	79	409,0
Итого за день		60	68	222,1	1933,3

Зав.производством:



Согласовано

Начальник лагеря



2025 г.

Меню

8 июля 2025г.

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

7 день					
Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети-ческая ценность
завтрак					
Бутерброд с сыром	45	4,7	6,9	14,6	139,0
Омлет натуральный	200	16,6	21,4	3,2	324,3
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	5,6	24
итого за завтрак		22,8	29,6	23,4	487,3
второй завтрак					
Печенье	40	3,8	3,8	28,8	130,0
Фрукты свежие	150	0,5		14,9	60,7
итого за второй завтрак		4,3	3,8	43,7	190,7
обед					
Салат из свеклы с сыром	100	4,7	9,5	7,1	183
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью петрушки	250/10/1	8,4	11,3	10,5	235,6
Плов из птицы	290	56,7	14,1	48,8	444,3
Напиток лимонный	200	0,2		6,4	68,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,2	0,4	10,9	56
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	16	78,0
Итого за обед		74,5	36,2	99	1064,9
Итого за день		101,6	69,6	166,3	1742,9

Зав.производством: