

СОГЛАСОВАНО

АО "Ростовское школьное питание" Комбинат питания

## МЕНЮ ДЛЯ ЛАГЕРЕЙ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ УЧАЩИХСЯ

Производство столовой школы № 109

| 30 июня 2026 (вторник) |  |               |               |                 |              |               |                       |
|------------------------|--|---------------|---------------|-----------------|--------------|---------------|-----------------------|
| Завтрак                |  |               |               |                 |              |               |                       |
| № рец                  | Наименование блюда                                   | Вес порции, г | Цена, р       | Пищевые в-ва, г |              |               | Энерг. ценность, ккал |
|                        |  |               |               | Белки           | Жиры         | Углеводы      |                       |
| 755                    | Макароны отварные с сыром № 204-11                   | 250           | 56,41         | 17,95           | 18,08        | 42,69         | 409,75                |
| 616                    | Хлеб йодированный                                    | 45            | 4,01          | 3,46            | 0,36         | 22,99         | 108,00                |
| 682                    | Чай с сахаром № 376-2011                             | 200           | 1,23          | 0,10            | 0,02         | 9,52          | 36,77                 |
| 1054                   | Салат из свежих помидоров и огурцов № 24-15          | 100           | 24,28         | 0,98            | 6,44         | 3,83          | 74,80                 |
| 1163                   | Яблоки (порциями)                                    | 160           | 19,20         | 0,64            | 0,64         | 15,68         | 72,00                 |
|                        | <b>Итого</b>   | <b>755</b>    | <b>105,12</b> | <b>23,13</b>    | <b>25,54</b> | <b>94,71</b>  | <b>701,32</b>         |
| Обед                   |  |               |               |                 |              |               |                       |
| № рец                  | Наименование блюда                                   | Вес порции, г | Цена, р       | Пищевые в-ва, г |              |               | Энерг. ценность, ккал |
|                        |  |               |               | Белки           | Жиры         | Углеводы      |                       |
| 1199                   | Щи из свежей капусты и картофеля с филе ЦБ № 88-2011 | 250           | 30,43         | 9,86            | 6,06         | 8,22          | 129,31                |
| 1190                   | Картофель бейби запеченный Акт от 08.12.23           | 200           | 37,78         | 3,12            | 7,76         | 19,76         | 183,80                |
| 616                    | Хлеб йодированный                                    | 48            | 4,28          | 3,70            | 0,38         | 24,53         | 115,20                |
| 698                    | Слойка с фруктовой начинкой                          | 65            | 40,05         | 4,28            | 9,40         | 34,13         | 239,94                |
| 1060                   | Салат Витаминный (2-й вариант) № 49-15               | 150           | 37,67         | 2,39            | 9,11         | 14,31         | 147,14                |
| 652                    | Котлета Сочная с помидором и сыром Акт от 29.11.2022 | 120           | 65,36         | 25,15           | 11,00        | 2,43          | 215,83                |
| 769                    | Компот из сухофруктов № 495-2021                     | 200           | 4,42          | 0,46            | 0,00         | 19,78         | 78,10                 |
|                        | <b>Итого</b>   | <b>1033</b>   | <b>219,98</b> | <b>47,88</b>    | <b>43,71</b> | <b>116,33</b> | <b>1077,22</b>        |
|                        | <b>Итого за день</b>                                 | <b>1788</b>   | <b>325,10</b> | <b>71,01</b>    | <b>69,25</b> | <b>211,04</b> | <b>1778,54</b>        |

Зав. производством

