



"Утверждаю"  
Директор ООО "Школьное питание городского округа Жигулевск"  
Кустова С.А.



"Согласовано"  
Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 3

Меню на "03" июня 2026 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	
	<b>Завтрак</b>							
260	Гуляш из говядины (говядина, томат. пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	40/50	39,60	12,76	9,21	2,85	145,62	2,44
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	22,72	3,28	5,60	22,06	152,24	25,96
377	Чай фруктовый (ассорти) (черноплодн. рябина с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	5,22	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	10,10	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон нарезной (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	4,57	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	30,00	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>112,21</b>	<b>19,92</b>	<b>24,01</b>	<b>74,67</b>	<b>599,97</b>	<b>43,45</b>
	<b>Обед</b>							
31	Салат из редиса с огурцом и яйцом (редис свежий, огурец свежий, яйцо раст. масло, йодир. соль)	60	12,17	1,07	4,44	0,53	46,36	1,92
82	Борщ с капустой и картофелем, на бульоне из мяса цыплят, сметаной и зеленью (картофель, лук репч., морковь, цыплята., зелень, сметана 15%, соль йод.)	200/15/10/1	15,85	5,71	8,40	10,30	140,35	17,96
279/540	Тефтели из цыплят с соусом красным основным	60/30	14,23	8,57	7,86	11,25	189,44	0,71
305/136	Рис с овощами (крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, слив. масло, йодир. соль)	150	14,42	3,55	6,68	29,82	155,18	0,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	200	7,97	0,00	0,00	19,96	79,80	0,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	2,73	2,89	0,47	17,91	87,60	0,01
	<b>Итого:</b>	<b>766</b>	<b>67,37</b>	<b>21,79</b>	<b>27,85</b>	<b>89,77</b>	<b>698,73</b>	<b>20,60</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1406</b>	<b>179,58</b>	<b>41,71</b>	<b>51,86</b>	<b>164,44</b>	<b>1298,70</b>	<b>64,05</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Заведующий производством

*И.Б.*

*И.Б.*