



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



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

Меню на " 05" 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	
	Завтрак							
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/170	36,54	19,56	13,84	45,49	385,05	3,98
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	3,80	0,16	0,03	15,21	62,99	2,85
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
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд.упаковке	200	17,00	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
	Итого:	670	72,01	23,10	22,70	103,36	711,04	11,83
	Обед							
27	Салат из свежих помидоров со сладким перцем(помидоры,перец сладкий,соль йодированная,масло растительное)	60	17,33	0,68	3,70	2,66	47,69	37,36
93	Щи по-уральски на бульоне из мяса цыплят, сметаной, зеленью	200/15/5/1	16,57	6,28	9,30	10,20	150,66	26,22
290/331	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе с ТОМАТОМ(мясо кур., сметана 15%, томат, сл.масло 72%, йодир.соль)	60/30	31,64	0,51	3,15	2,27	39,74	0,57
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	17,11	10,41	7,71	27,27	220,48	9,89
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	8,13	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
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
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	30,00	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	911	123,51	21,57	25,19	97,61	708,67	94,05
	Всего за день:	1581	195,52	44,67	47,89	200,97	1419,71	105,88

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Сур

Демискина