



МЕНЮ

ДЛЯ ПРОФИЛЬНЫХ СМЕН, ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА
С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

На «03» июня 2026 г.

Директор МБОУ «Каргасокская СОШ-интернат №1»

Кондратьева Е.М.



№ Рецептурного сборника	Наименование блюда	Выход гр.	Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность к.кал.
	Завтрак					
174	Каша «Дружба» молочная	250	8.39	12.21	41.39	367.4
386	Какао с молоком сгущенным	200	4.19	4,37	25,45	157,60
3	Бутерброд с сыром	55	6.38	9.13	16,3	173
	Итого	505	18.96	25.71	83.14	698
	Обед					
29	Салат из свежих овощей	150	2.1	10.1	9.3	136
242	Каша перловая рассыпчатая	150	4.37	5.16	44	255.96
294	Котлета из мяса птицы	100	12.44	13.87	14.69	234.38
376	Чай с сахаром	200	3.17	2.68	15.95	100.6
5	Хлеб пшеничный	40	3.95	0,5	24.16	117
338	Фрукты свежие в ассортименте	250	0.07	0.02	15.0	106
	Итого	840	26.65	32.93	123.29	916.94

Индивидуальный предприниматель  Серякова Л.Н.