СОГЛАСОВАНО:
Руководитель пришкольного лагеря
СШ № 147

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.Ю.Толстиков

МЕНЮ на 23.10.2026 г.
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 5 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша рисовая молочная жидкая, с маслом сливочным | 250 | 6,43 | 10,08 | 99,35 | 513,84 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,36 | 0,18 | 12,78 | 54,18 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 0,68 | 21,75 | 110,28 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,70 | 0,18 | 5,75 | 31,42 |
| Сыр порционный | 30 | 7,02 | 7,24 | 0,08 | 93,53 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша рисовая молочная жидкая, с маслом сливочным | 280 | 9,92 | 20,08 | 111,27 | 665,49 |
| Чай черный с сахаром и лимоном | 200 | 0,36 | 0,18 | 12,78 | 54,18 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 6,02 | 0,95 | 30,45 | 154,39 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,70 | 0,18 | 5,75 | 31,42 |
| Сыр порционный | 30 | 7,02 | 7,24 | 0,08 | 93,53 |

**ОБЕД 7-11 лет**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,48 | 4,54 | 11,63 | 89,24 |
| Рассольник Ленинградский с филе птицы , со сметаной | 210 | 4,79 | 12,20 | 7,54 | 159,11 |
| Печень по-кунцевски | 100 | 18,33 | 15,47 | 2,30 | 221,75 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 4,71 | 4,19 | 31,39 | 182,06 |
| Напиток с витаминами "Витошка" | 180 | 0,00 | 0,00 | 15,39 | 61,56 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,58 | 0,41 | 13,05 | 66,17 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,40 | 0,36 | 11,50 | 62,84 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 100 | 0,79 | 7,56 | 2,72 | 82,08 |
| Рассольник Ленинградский с филе птицы , со сметаной | 250 | 5,70 | 16,90 | 8,98 | 210,80 |
| Печень по-кунцевски | 100 | 18,33 | 4,47 | 2,30 | 122,75 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 5,65 | 5,02 | 37,67 | 218,47 |
| Напиток с витаминами "Витошка" | 200 | 0,00 | 0,00 | 17,10 | 68,40 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 0,68 | 21,75 | 110,28 |
| Хлеб ржаной | 60 | 5,10 | 0,54 | 17,25 | 94,26 |

Стоимость комплекса - 303,05 рублей

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ