



МЕНЮ

для питания детей в каникулярное время в период
летних каникул на базе МБОУ Штейнгардтовская ООШ
"01" июня 2026г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал.	Цена блюда	№ рецептуры
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	150	160,88	54,24	54-2о
	Сыр "Российский" (порциями)	15	69,98	21,86	97
	Напиток злаковый на молоке	200	71	11,33	692
	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,5	3,08	
	Йогурт "Фругурт" 2,5% (черника)	1/115	93	45,00	698
Итого за завтрак:		520	499,36	135,51	
Обед	Овощи свежие (помидоры, огурцы)	30/30	37,6	16,86	572
	Борщ с капустой и картофелем	200	115	22,78	110
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	234,64	76,77	521
	Сок персиковый "Диас" т/п	200	96	35,00	707
	Хлеб пшеничный йодированный	60	146,76	4,62	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	42	2,79	
	Фрукты свежие	150	66,6	30,77	386
Итого за обед:		900	738,6	189,59	
Итого за день:		1420	1237,96	325,10	

Повар Матюшкова Р.М.