

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 08.07.2024
для пришкольного лагеря

	прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность
				порций		белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10	220	26,21	8,24	12,20	47,00	331,00
	гор.напиток	377	Чай с сахаром и лимоном 200/15/8	222	4,41	0,44	0,00	13,90	57,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	0,52	0,52	11,44	61,10
	масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,55	0,10	7,25	0,14	66,20
	сыр	15	Сыр Российский	10	10,72	2,30	2,90	0,00	36,20
			Вода питьевая 1/0,5	1шт	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого завтрак				622	92,91	14,81	36,87	85,58	633,70
Обед	1-е блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной 250/10	260	13,10	1,69	4,91	14,80	110,00
	2-е блюдо	268	Биточки из говядины с маслом 100/5	105	97,01	15,26	18,50	15,90	292,00
	гарнир	309	Макароны отварные	150	9,13	6,60	4,33	37,50	215,00
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	6,10	0,45	0,00	28,90	117,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,36	4,28	18,67	17,47	109,60
	хлеб черный		Хлеб ржаной-пшеничный	30	2,79	1,68	0,33	14,82	69,60
Итого обед				785	131,49	29,96	46,74	129,39	913,20
Итого за день				1407	224,40	44,77	83,61	214,97	1546,90

Зав.производства Дроздов А.А.

Начальник лагеря _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 09.07.2024
для пришкольного лагеря

	прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность
				порций		белки	жиры	углеводы	
завтрак	гор.блюдо		Запеканка творожная с молоком гущеным 150/20	170	85,21	22,3	11,0	28,9	300,0
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15/7	215	2,26	0,38	0,00	13,70	56,50
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	0,52	0,52	11,44	61,10
	сыр	15	Сыр Российский	10	10,38	2,99	3,77	0,00	47,06
			Вода питьевая 1/0,5	1штг	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого завтрак				555	139,87	29,40	29,29	67,14	546,86
обед	закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	8,33	0,42	0,06	1,14	6,60
	1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	8,87	5,25	5,27	23,3	162
	2-е блюдо		Жаркое по -домашнему 50/250	300	54,97	35,00	12,00	6,36	271,00
	напиток	1010*	Напиток яблочный	200	7,98	0,48	0,10	33,00	135,80
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
			хлеб черный	20	1,86	1,12	0,22	9,88	46,40
Итого обед				860	84,53	45,48	31,65	86,78	704,00
Итого за день				1415	224,40	74,88	60,94	153,92	1250,86

Зав.производства Дроздов А.А.

Начальник лагеря _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 10.07.2024
для пришкольного лагеря

	№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Цена	Пищевые вещества			Энергет.	
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность	
завтрак	гор.блюдо	210	Омлет натуральный	111	37,37	11,10	15,00	2,81	190,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15/7	215	2,26	0,38	0,00	13,70	56,50
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	фрукты	338	Фрукты свежие (апельсин)	200	36,80	1,80	0,40	16,20	86,00
	масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,55	0,10	7,25	0,10	66,20
	сыр	15	Сыр Российский	11	11,92	2,30	2,90	0,00	36,20
			Вода питьевая 1/0,5	1шт	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого завтрак			577	123,90	18,89	39,55	45,91	517,10	
обед	закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	11,29	0,42	0,06	1,14	6,60
	1-е блюдо	96	Рассольник Петербургский с рисовой крупой	250	9,05	2,22	5,10	20,00	134,00
	2-е блюдо	279	Тефтели из говядины с соусом 60/50	110	43,70	13,60	6,90	16,80	183,70
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	18,82	3,77	5,62	25,50	168,00
	сладкое	348	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	13,26	0,50	0,10	33,00	135,00
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,12	0,22	9,88	46,40
Итого обед			820	100,50	24,84	32,00	119,42	755,90	
Итого за день			1397	224,40	43,73	71,55	165,33	1273	

Зав.производства  Дроздов А.А.

Начальник лагеря 

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 11.07.2024
для пришкольного лагеря

прием пищи	№ реп	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность	
			порций		белки	жиры	углеводн		
завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная из пшена	220	26,40	11,80	11,00	48,60	328,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,26	0,37	0,00	13,70	56,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	16,02	0,52	0,52	11,44	61,10
	масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,55	0,10	7,25	0,10	66,20
	сыр	15	Сыр Российский	22	22,58	4,60	5,80	0,00	72,40
		Вода питьевая 1/0,5	1шт	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого завтрак			627	102,81	20,60	38,57	86,94	665,90	
обед	закуска		Салат из отварной свеклы с сыром и чесноком	100	27,34	4,66	9,44	2,92	144,12
	1-е блюдо	103	Суп с картофелем с макаронными	250	11,74	2,95	5,20	19,40	137,00
	2-е блюдо		Птица запеченая	100	55,15	14,60	8,00	16,50	0,20
	гарнир		Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,15	6,00	3,86	36,00	203,00
	сладкое	348	Компот из плодов и ягод сушеных(изюм)	200	12,83	0,48	0,00	33,00	135,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86	1,12	0,22	9,88	46,40
Итого обед			850	121,59	33,02	40,72	130,80	747,92	
Итого за день			1477	224,40	53,62	79,29	217,74	1413,82	

Зав.производства Дроздов А.А.

Начальник лагеря _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 12.07.2024
для пришкольного лагеря

	прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	Цены	Пищевые вещества			Энергет.
				порций		белки	жиры	углевод	ценность
завтрак	гор.блюдо		Плов из птицы 80/160	240	69,17	7,81	2,40	57,90	281,00
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,26	0,37	0,00	13,70	56,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,52	3,21	14,00	13,10	82,20
	фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	140	17,25	0,57	0,57	12,50	66,74
	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	12,14	0,66	0,10	2,28	14,40
			Вода питьевая 1/0,5	1шт	23,48	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого завтрак				685	126,82	12,62	17,07	99,48	500,34
обед	закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	11,29	0,42	0,06	1,14	6,60
	1-е блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	260	10,78	2,00	6,19	10,30	105,00
	2-е блюдо	294	Котлета рубленая из птицы 100/5	105	50,39	11,70	9,20	11,70	176,00
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150	13,52	5,01	7,25	52,30	295,00
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	6,10	0,45	0,00	28,90	117,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	32	2,71	3,21	14,00	13,10	82,20
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79	1,12	0,22	9,88	46,40
Итого обед				837	97,58	23,91	36,92	127,32	828,20
Итого за день				1522	224,40	36,53	53,99	226,8	1328,54

Зав.производства Дроздов А.А.

Начальник лагеря Томанов А.В.