

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 31

Мараева Т.П.

Золотухина Т.А.

**Меню на 09.07.2025г
для пришкольного лагеря**

№ рец	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества				Энергет.	
		порций		белки	жиры	углеводы	ценность	
Завтрак								
гор.блюдо	ТТК212	Омлет натуральный с овощами (помидор)	150	32,91	10,90	10,50	2,80	153,00
гор.напиток	382	Какао с молоком	200	25,08	3,90	3,10	25,00	144,00
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,81	3,24	0,40	19,50	96,80
		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	2,19	0,39	10,90	56,10
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
		Вода питьевая бутилированная	500	26,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого завтрак	1050	122,68	20,85	22,16	69,74	577,20
Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	7,06	0,70	0,10	1,14	14,40
1-е блюдо	103	Суп с картофелем с макаронными изделиями	250	14,71	2,95	5,24	19,40	137,00
2-е блюдо	ТТК 293	Птица запеченая	100	47,50	16,60	12,00	0,41	175,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	30,17	3,13	5,25	20,30	141,00
сладкое	348	Компот из плодов сушеных (чернослив)	200	13,76	0,60	0,20	34,20	141,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	1,70	0,33	14,80	69,60
		Итого обед	810	118,32	29,96	24,92	107,65	787,60
		Итого за день	1860	241,00	50,81	47,08	177,39	1364,8

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

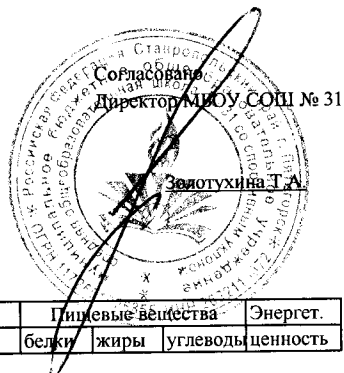
Начальник лагеря _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Меню на 10.07.2025г
для пришкольного лагеря



прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	Цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность
Завтрак								
горячее блюдо	173	Каша жидкая молочная из манной крупы 200/10/10	220	43,52	6,13	10,00	42,30	284,00
гор.напиток	376	Чай с сахаром	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,47
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,24	0,40	19,50	96,80
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
сыр	15	Сыр Российский	19	23,28	4,60	5,80	0,00	72,40
		Вода питьевая	500	26,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого завтрак	1124	130,06	14,91	23,97	87,04	636,97
Обед								
закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	103	Рассольник Петербургский с рисовой крупой и сметаной 250/8	258	23,52	2,32	6,60	17,20	138,00
2-е блюдо	279	Тефтели с соусом 60/50	110	47,83	7,60	12,10	7,90	171,00
гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,85	6,15	4,2	34,7	201
напиток	348	Компот из плодов и ягод сушеных (кураги)	200	12,56	0,77	0,04	27,30	113,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	2,19	0,39	10,90	56,10
		Итого обед	828	110,94	23,73	25,19	116,54	795,3
		Итого за день	1952	241,00	38,64	49,16	203,58	1432,27

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

Начальник лагеря _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №31



Меню на 11.07.2025г
для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энергет. ценность
			порций		белки	жиры	углеводы	
гор.блюдо	ТТК 291	Плов из птицы 80/160	240	72,93	16,70	17,40	42,90	395,0
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,49
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	2,43	0,30	14,60	72,60
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	12,14	0,70	0,10	1,14	14,40
		вода питьевая бутилированная	500	26,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Итого завтрак	1175	131,31	20,67	18,32	83,78	599,59
Обед								
закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	12,38	1,70	4,90	5,10	71,60
2-е блюдо	294	Котлета из птицы с маслом 100/5	105	60,58	11,02	12,00	12,10	200,00
гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,03	8,15	5,19	35,9	223
сладкое		Напиток из шиповника	200	9,54	0,66	0,25	26,80	112,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,24	1,70	0,33	14,80	69,60
		Итого обед	815	112,69	27,93	24,53	113,24	792,40
		Итого за день	1990	244,00	48,6	42,85	197,02	1391,99

Зав.производства _____ Ильинов А.Н.

Начальник лагеря _____