



Меню на 14.07.2025
 для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса порций	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность
					белки	жиры	углеводы	
		Завтрак						
гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы 200/10/10	220	43,17	9,12	12,00	49,10	340,00
гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,96	0,44	0,00	13,98	57,50
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,30
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,10	7,20	0,10	66,20
сыр	15	Сыр Российский	20	25,00	4,60	5,80	0,00	72,40
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1132	133,61	17,99	26,87	87,72	679,60
		Обед						
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	96	Рассольник Петербургский с рисовой крупой	250	18,62	2,22	5,10	20,00	134,00
2-е блюдо	ТТК 293	Птица запеченая	100	47,50	16,60	12,00	0,41	175,00
гарнир	302	Рис отварной	150	15,54	3,70	4,12	35,60	194,00
сладкое	348	Компот из плодов сушеных (курага)	200	12,56	0,77	0,04	27,3	113
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,25	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	107,39	28,04	22,89	107,43	751,20
		Итого за день	1942	241,00	46,03	49,76	195,15	1430,80

Зав.производства _____ Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря _____

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Марьева Т.П.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №30



Костина О.А.

Меню на 15.07.2025

для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность
			порций		белки	жиры	углеводы	
Завтрак								
гор. блюдо	ТТК 204	Макароны с сыром	150	43,27	10,20	11,20	24,70	240,00
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,49
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,81	4,28	1,80	17,40	109,60
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	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	10	12,50	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1055	119,98	17,72	23,67	67,38	569,59
Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	4,40	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	12,97	1,69	4,91	12,40	101,00
2-е блюдо	ТТК 268	Котлета из говядины с соусом 70/30	100	79,18	11,10	14,50	13,00	227,00
гарнир	309	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,85	6,15	4,20	34,70	201,00
сладкое	348	Компот из смеси сухофруктов	200	5,5	0,50	0,00	28,90	117,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	121,02	24,19	25,24	113,12	781,20
		Итого за день	1865	241,00	41,91	48,91	180,5	1350,79

Зав.производства  Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря 



Меню на 16.07.2025

для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность
			порций		белки	жиры	углевод	
Завтрак								
гор. блюдо	ТТК212	Омлет натуральный с овощами (помидор)	150	32,21	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	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	1,12	0,22	9,88	46,40
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1050,00	121,98	20,82	23,39	66,62	580,30
Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	12,14	0,70	0,10	1,14	14,50
1-е блюдо	101	Суп картофельный с пшеном	250	14,66	2,97	5,50	23,80	156,00
2-е блюдо	ТТК234	Котлета рыбная с соусом 70/30	100	42,91	9,48	12,00	9,91	182,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	31,02	3,13	5,25	20,30	141,00
сладкое	348	Компот из сушеных ягод и плодов (изюм)	200	12,12	0,63	0,10	28,70	118,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,81	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	21	2,36	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	821	119,02	22,31	24,97	111,13	767,50
		Итого за день	1871	241,00	43,13	48,36	177,75	1347,80

Зав. производства _____ Гамзян Н.Н.

Начальник лагеря _____



Меню на 17.07.2025
 для пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет. ценность
			порций		белки	жиры	углеводы	
Завтрак								
горячее блюдо	384*	Каша вязкая молочная манная 200/10/10	220	45,37	9,19	8,01	54,10	325,00
гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	20,19	2,86	2,60	19,00	111,00
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
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	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	15	19,62	4,14	5,22	0,00	65,16
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1105	146,66	20,02	24,95	97,78	710,66
Обед								
закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	12,14	0,70	0,10	1,14	14,50
1-е блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	14,68	2,95	5,24	19,40	137,00
2-е блюдо	ТТК 295	Биточки из птицы с соусом 70/30	100	39,15	11,02	12,00	12,10	200,00
гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,24	8,15	5,19	35,9	223
напиток	1010*	Напиток из свежих яблок	200	6,01	0,12	0,05	25,20	103,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	94,34	27,27	24,15	116,72	806,1
		Итого за день	1915	241,00	47,29	49,10	214,50	1516,76

Зав.производства _____ Гамзаян Н.Н.

Начальник лагеря _____

