

Детский оздоровительный лагерь  
с дневным пребыванием  
Ежедневное меню  
на «10» июня 2022 г.

День № 8

Согласовано»

И.о.директора МУП «ПКП и ОРТ»

  
Г.В. Ерещенко  
«    »    г.подольск    2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

  
«10» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша пшенинная жидкая на молоке с маслом сливочным	206/6	8	11,2	28,6	248
Чай сладкий с молоком	200	1,54	1,63	9,36	56
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	79,2
		<b>16,04</b>	<b>18,18</b>	<b>68,45</b>	<b>501,05</b>
<b>Обед</b>					
Огурец свежий	60	0,48	0,12	1,56	6,6
Суп-лапша с курицей	250/25	10	7,3	15,82	170
Птица отварная	120	16,56	14,28	0,48	162
Картофельное пюре	180	3,89	6,71	26,46	187
Сок фруктовый (промышленного производства)	200	1	0	42	135
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
Круассан	80	4,72	11,2	40	240
		<b>40,18</b>	<b>40,62</b>	<b>149,42</b>	<b>1016,85</b>
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:



Детский оздоровительный лагерь  
с дневным пребыванием  
Ежедневное меню  
на «9» июня 2022 г.

День № 7

Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

*Г.В. Ерещенко*  
Г.В. Ерещенко

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

*Г.В. Ерещенко* 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
Зеленый горошек отварной	40	2,01	2,05	4,22	43,3
Омлет натуральный запеченный со сливочным маслом	170/5	17	20,6	3,4	265
Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	14,8	100
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие (апельсин)	200	1,8	0,4	16,2	76
		<b>25,49</b>	<b>26,98</b>	<b>51,47</b>	<b>550,55</b>
<b>Обед</b>					
Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4
Суп картофельный с мясом	250/15	7,2	5,44	20	161
Шницель, рубленый из филе птицы со сливочным маслом	100/5	16,2	17,1	17	298
Макаронные изделия отварные	180	6,12	4,5	28,8	199,8
Компот из плодов свежих (яблоко)	200	0,2	0,2	14	58
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
Слойка фруктовая	80	5,9	7,5	40,5	200,8
		<b>39,81</b>	<b>35,87</b>	<b>145,68</b>	<b>1048,25</b>
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством: *А*



Детский оздоровительный лагерь  
с дневным пребыванием  
Ежедневное меню  
на «8» июня 2022 г.

День № 6

Согласовано

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

« 08 июня » 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность в ккал
<b>Завтрак</b>					
Масло сливочное (порция)	10	0,6	8,2	0,09	74,8
Каша манная молочная с маслом	206	8	11,2	28,6	253
Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	0,2	0,06	10,2	42
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Сок фруктовый (промышлен. производства)	200	1	0	42	135
		<b>11,68</b>	<b>20,19</b>	<b>93,74</b>	<b>571,05</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	5,05	1,44	53
Суп из овощей на мясном бульоне	250	2,5	5	8,5	90
Гуляш из говядины	50/50	13,4	6,8	3,3	125
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,66	49,68	298,8
Компот из смеси сухофруктов	200	1,3	0	23,73	104
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
Кекс столичный	75	3,75	13,5	38,1	301,5
		<b>35,18</b>	<b>38,02</b>	<b>147,85</b>	<b>1088,55</b>
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

*С.И.*

Детский оздоровительный лагерь  
с дневным пребыванием  
Ежедневное меню  
на «7» июня 2022 г.

День № 5

Согласовано

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

«07» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша геркулесовая жидкая на молоке со сливочным маслом	206/6	8	11,2	28,6	253
Какао-напиток на молоке	200	6,2	6,4	22,36	171,8
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие (груша)	170	0,72	0,72	17,64	79,2
		<b>20,7</b>	<b>22,95</b>	<b>81,45</b>	<b>621,85</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	0,65	5,08	2,76	60
Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,5	140
Рыба, запеченная в соусе	80/40	6,7	4,8	7,2	109,2
Рис отварной	180	4,32	4,5	34,74	196
Напиток лимонный	200	0,22	2,06	13,3	73
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
Конвертик слоеный с повидлом	80	6,4	8,2	47,7	244
		<b>27,57</b>	<b>29,9</b>	<b>148,3</b>	<b>938,45</b>
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

*С.Г.*



Детский оздоровительный лагерь  
с дневным пребыванием  
Ежедневное меню  
на «6» июня 2022 г.

День № 4

Согласовано»  
И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»  
Г.В. Брещенко  
« » 2022 г.

«Утверждаю»  
Начальник лагеря  
«06» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
Зеленый горошек отварной	40	2,01	2,05	4,22	43,3
Омлет натуральный запеченный со сливочным маслом	170/5	17	20,6	3,4	265
Чай с сахаром	200	0,2	0,06	10	42
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие (яблоко)	180	1,8	0,4	16,2	76
		<b>22,89</b>	<b>23,84</b>	<b>46,67</b>	<b>492,55</b>
<b>Обед</b>					
Огурец свежий	60	0,48	0,12	1,56	6,6
Рассольник с мясом	250/15	6,71	6,3	14,29	144
Котлета мясная рубленая	100/5	15,1	10,3	13,3	212
Макаронные изделия отварные	180	6,12	4,5	28,8	199,8
Компот из смеси сухофруктов	200	1,3	0	23,73	104
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,28	10,25	50
«Язычок» слоеный	50	2	10	22,5	185,5
		<b>35,24</b>	<b>32,23</b>	<b>127,28</b>	<b>968,15</b>
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством: 