

Детский оздоровительный лагерь

с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «14» июня 2022 г.

День № 9

Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

«14» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Масло сливочное (порция)	10	0,6	8,2	0,09	74,8
Сырники из творога	150/20	28,55	20,93	48,95	498
Соус шоколадный	20	0,8	0,4	0,4	14,3
Какао-напиток на молоке	200	4	4	16	116
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие (яблоко)	180	0,76	0,57	19,57	87,4
		36,59	34,83	97,86	856,75
Обед					
Салат из свежих помидор и огурцов с раст. маслом	60	0,6	7,62	1,62	77,4
Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,5	140
Гренки из хлеба пшеничного	20	3,04	3,2	19,44	95
Котлета рыбная запеченная со сливочным маслом	90/10	10,67	6,57	12,1	152,38
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
«Язычок» слоеный	50	2	10	22,5	185,5
		30,13	39,21	146,3	1035,53
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «15» июня 2022 г.

День № 10

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

«Утверждаю»
Начальник лагеря
[Подпись]
«15» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Макароны, запеченные с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7
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 (апельсин)	200	0,72	0,72	17,64	79,2
		15,40	11,11	96,79	549,15
Обед					
Салат из свежих огурцов на растительном масле	60	0,44	5,05	1,44	53
Борщ из свежей капусты	250	4,5	4,5	13,25	103
Тефтели мясные в соусе томатном	80/50	8,9	30,6	16,4	376
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,66	49,68	298,8
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
Конверт слоеный с повидлом	80	6,4	8,2	47,7	244
		34,23	56,22	165,57	1249,05
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством: *[Подпись]*

Детский оздоровительный лагерь

с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «16» июня 2022 г.

День № 1

Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

 Г.В. Ерещенко

« » 2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря


«16» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша молочная манная с маслом	206	8	11,2	28,6	253
Какао-напиток на молоке	200	4	4	16	116
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Сок фруктовый (промышленного производства)	200	1	0	42	135
		18,78	19,83	99,45	621,85
Обед					
Огурец свежий	60	0,48	0,12	1,56	6,6
Суп из овощей с курицей	250/25	2,5	5	8,5	99
Биточки из птицы рубленные	100	16,2	17,1	17	298
Картофельное пюре	180	3,89	6,71	26,46	187
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
		31,65	43,44	138,45	1112,35
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством: 

Детский оздоровительный лагерь

с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «17» июня 2022 г.

День № 2

Согласовано»

И.о.директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

«17» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Масло сливочное (порция)	10	0,6	8,2	0,09	74,8
Запеканка из творога	150/20	20,49	14,18	34,6	370,15
Соус шоколадный	20	0,8	0,4	0,4	14,3
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
Фрукты свежие (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	79,2
		24,69	24,29	75,78	646,7
Обед					
Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	0,65	5,08	2,76	60
Суп картофельный с рыбой (консервы)	250	10,3	5,1	15,3	149,8
Капуста тушеная с отварным мясом	215/65	20,4	20,6	19,04	343,36
Компот из кураги	200	1,3	0	23,73	96
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
		42,08	39,29	124,43	966,16
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «20» июня 2022 г.

День № 3

Согласовано»

И.о.директора МУП «ПКП и ОРТ»


Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря


«20» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша «Дружба» жидкая на молоке со сливочным маслом	200/10	5,86	12,04	33,16	264
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	0,68	0,51	17,51	78,2
		15,12	20,38	78,32	560,05
Обед					
Салат из свежих огурцов на растительном масле	60	0,44	5,05	1,44	53
Щи из свежей капусты	250	2,5	4,5	11,5	98
Птица, тушенная с овощами	100/20	18,12	7,32	6,48	169,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,66	49,68	298,8
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
		40,57	35,74	174,2	1110,25
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством: 

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «21» июня 2022 г.

День № 4

Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
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 (груша)	170	1,8	0,4	16,2	76
		22,89	23,84	46,67	492,55
Обед					
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
		35,24	32,23	127,28	968,15
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

[Подпись]

Детский оздоровительный лагерь

с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «22» июня 2022 г.

День № 5

«Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

«22» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
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 (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	79,2
		20,7	22,95	81,45	621,85
Обед					
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
		27,57	29,9	148,3	938,45
Вода питьевая детская негазированная	200				

Детский оздоровительный лагерь

с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «23» июня 2022 г.

День № 6

«Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

«23» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
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
		11,68	20,19	93,74	571,05
Обед					
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
		35,18	38,02	147,85	1088,55
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «24» июня 2022 г.

День № 7

Согласовано»

И.о.директора МУП «ПКП и ОРТ»


Г.В. Ерещенко
« 2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря


« 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
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
		25,49	26,98	51,47	550,55
Обед					
Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4
Суп картофельный с мясом	250/15	7,2	5,44	20	161
Шницель, рубленный 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
		39,81	35,87	145,68	1048,25
Вода питьевая детская негазированная	200				


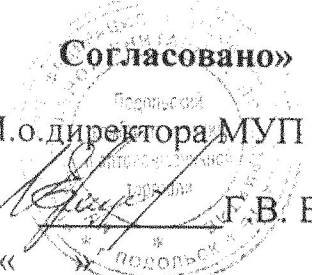
Заведующий производством:


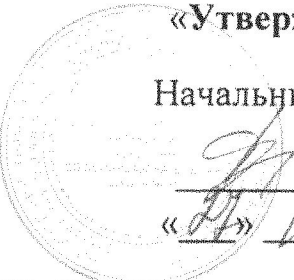
Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «27» июня 2022 г.

День № 8

«Согласовано»
И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко
«» 2022 г.

«Утверждаю»
Начальник лагеря

«» 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность в ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша пшеничная 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
		16,04	18,18	68,45	501,05
Обед					
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
		40,18	40,62	149,42	1016,85
Вода питьевая детская негазированная	200				

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню
на «28» июня 2022 г.

День № 9

Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

«28» июня 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Масло сливочное (порция)	10	0,6	8,2	0,09	74,8
Сырники из творога	150/20	28,55	20,93	48,95	498
Соус шоколадный	20	0,8	0,4	0,4	14,3
Какао-напиток на молоке	200	4	4	16	116
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие (груша)	170	0,76	0,57	19,57	87,4
		36,59	34,83	97,86	856,75
Обед					
Салат из свежих помидор и огурцов с раст. маслом	60	0,6	7,62	1,62	77,4
Суп картофельный с бобовыми	250	5,75	4,25	19,5	140
Гренки из хлеба пшеничного	20	3,04	3,2	19,44	95
Котлета рыбная запеченная со сливочным маслом	90/10	10,67	6,57	12,1	152,38
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
«Язычок» слоеный	50	2	10	22,5	185,5
		30,13	39,21	146,3	1035,53
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием

Ежедневное меню

на «29» июня 2022 г.

День № 10

Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

« » 2022 г.


Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Макароны, запеченные с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7
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	0,72	0,72	17,64	79,2
		15,40	11,11	96,79	549,15
Обед					
Салат из свежих огурцов на растительном масле	60	0,44	5,05	1,44	53
Борщ из свежей капусты	250	4,5	4,5	13,25	103
Тефтели мясные в соусе томатном	80/50	8,9	30,6	16,4	376
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,66	49,68	298,8
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
Конверт слоеный с повидлом	80	6,4	8,2	47,7	244
		34,23	56,22	165,57	1249,05
Вода питьевая детская негазированная	200				

Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием
Ежедневное меню
на «30» июня 2022 г.

День № 1

«Согласовано»

И.о. директора МУП «ПКП и ОРТ»

 Г.В. Ерещенко

2022 г.

«Утверждаю»

Начальник лагеря

 «*В.И. Шеня*» 2022 г.

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Угле воды	Энергет ическая ценност ь ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша молочная манная с маслом	206	8	11,2	28,6	253
Какао-напиток на молоке	200	4	4	16	116
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Сок фруктовый (промышленного производства)	200	1	0	42	135
		18,78	19,83	99,45	621,85
Обед					
Огурец свежий	60	0,48	0,12	1,56	6,6
Суп из овощей с курицей	250/25	2,5	5	8,5	99
Биточки из птицы рубленные	100	16,2	17,1	17	298
Картофельное пюре	180	3,89	6,71	26,46	187
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
		31,65	43,44	138,45	1112,35
Вода питьевая детская негазированная	200				

Заведующий производством:

