

Школа № _____

И.о. директора МУП "ТКП и ОРТ"
Гудкова С.Н.
" " " 2024г.



**Детский оздоровительный лагерь
с дневным прибыванием**

МЕНЮ

на "27" июня 2024 г.

День № 4

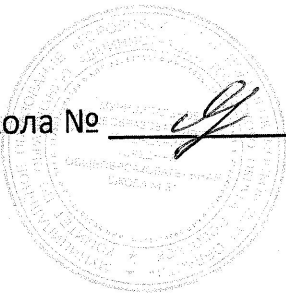
Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Зеленый горошек отварной	40	2,01	2,05	4,22	43,3
Омлет натуральный запеченный	177	17	20,6	3,4	265
Чай с сахаром	200	0,2	0,06	10	42
Хлеб из муки пшеничный	25	1,87	0,72	12,85	66,25
Фрукты свежие(апельсины)	200	1,8	0,4	16,2	76
	642	22,88	23,83	46,67	492,55
Обед					
Огурец свежий	60	0,48	0,12	1,56	6,6
Рассольник с мясом	265	6,71	6,3	14,29	144
Котлета мясная рубленая	105	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
	910	35,24	32,23	127,28	968,15
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством:

Начальник лагеря:

Школа № _____



И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ" _____



Гудкова С.Н.
2024г.

Детский оздоровительный лагерь с дневным прибыванием

МЕНЮ

на "26" июня 2024 г.

День № 3

Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша "Дружба" жидкая на молоке	210	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(груши)	170	0,68	0,51	17,51	78,2
	620	15,12	20,38	78,32	560,05
Обед					
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	5,05	1,44	53
Щи из свежей капусты	250	2,5	4,5	11,5	98
Птица, тушенная с овощами	120	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
Круасан	80	4,72	11,2	40	240
	940	40,57	35,74	174,2	1110,25
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством: _____

Начальник лагеря: _____

Школа № _____



И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ"

"Утверждаю"

Гудкова С.Н.

2024г.



**Детский оздоровительный лагерь
с дневным прибыванием**

МЕНЮ

на "28" июня 2024 г.

День № 5

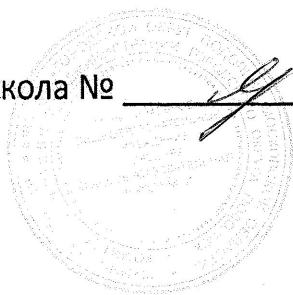
Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Сыр твердый (порция)	15	3,9	3,9	0	51,6
Каша геркулесовая жидкая на молоке	206	8	11,2	28,6	253
Какао-напиток на молоке	200	6,2	6,4	22,36	171,8
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие(яблоки)	180	0,72	0,72	17,64	79,2
	626	20,7	22,95	81,45	621,85
Обед					
Салат из свежих помидоров 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	120	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
	940	27,57	29,9	148,3	938,45
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством:

Начальник лагеря:

Школа № _____



"утверждаю"
И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ"

Гудкова С.Н.
" " " 2024г.



**Детский оздоровительный лагерь
с дневным прибыванием**

МЕНЮ

на "01" июля 2024 г.

День № 6

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 молочная манная с маслом	206	8	11,2	28,6	253
Чай с сахаром и лимоном	217	0,2	0,06	10,2	42
Хлеб из муки пшеничной	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Сок фруктовый (промышленного производства)	200	1	0	42	135
	658	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	100	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
	915	35,18	38,02	147,85	1088,55
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством:

Начальник лагеря:

Школа № _____



И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ" _____



Утверждаю"

Гудкова С.Н.

_____ 2024г.

**Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием**

МЕНЮ

на "02" июля 2024 г.

День № 7

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	170	177	20,6	3,4	265
Кофейный напиток на молоке	200	2,8	3,2	14,8	100
Хлеб из муки пшеничный	25	1,88	0,73	12,85	66,25
Фрукты свежие(апельсины)	200	1,8	0,4	16,2	76
	635	185,49	26,98	51,47	550,55
Обед					
Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4
Суп картофельный с мясом	265	7,2	5,44	20	161
Шницель рубленный из филе птицы	100	16,2	17,1	17	298
Макаронные изделия отварные	180	6,12	4,5	28,8	199,8
Компот из плодов свежих (яблок)	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
	935	39,81	35,87	145,68	1048,25
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством: _____

Начальник лагеря: _____

Школа № _____



И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ" _____



"Утверждаю"
Гудкова С.Н.
_____ 2024г.

**Детский оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием**

МЕНЮ

на "05" июля 2024 г.

День № 10

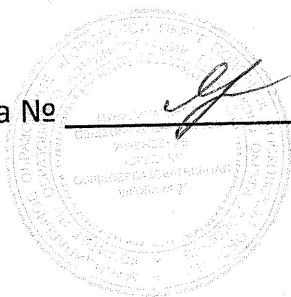
Наименование блюд	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Завтрак					
Макароны, запеченные с сыром	230	12,6	9,6	56,3	361,7
Чай с сахаром	200	0,2	0,06	10	42
Хлеб из муки пшеничной	25	1,87	0,72	12,85	66,25
Фрукты свежие (яблоки)	180	0,72	0,72	17,64	79,2
	635	15,39	11,1	96,79	549,15
Обед					
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	5,05	1,44	53
Борщ из свежей капусты	250	4,5	4,5	13,25	103
Тефтели в соусе томатном	130	8,9	30,6	16,4	376
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,66	49,68	298,8
Компот из плодов свежих (яблок)	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
	950	34,23	56,22	165,57	1249,05
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Заведующий производством: _____

Начальник лагеря: _____

Школа № _____



И.о. директора МУП "ПКП и ОРТ"

Будкова С.Н.

2024г.



**Детский оздоровительный лагерь
с дневным прибыванием**

МЕНЮ

на "08" июля 2024 г.

День № 1

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
	646	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	275	2,5	5	8,5	99
Биточки из птицы рубленной	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
	940	31,65	43,44	138,45	1112,35
Вода питьевая детская негазированная	200				

Калькулятор:

Начальник лагеря:

Заведующий производством: