

" Утверждаю "

Директор МУП " Школьное питание "

С.А.Кустова

" Согласовано "

Начальник лагеря ТБОУ СО(О)Ш № 10

10
10.13. Устелин

Меню на " 03 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

<i>Завтрак</i>								
293/331	Цыплята порциями в сметанном соусе с томатом (цыплята порц. сметана 15%, томат, раст. масло, йодир. соль)	70/30	20,33	19,12	21,56	2,20	279,89	0,60
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	2,73	0,16	0,05	15,44	63,25	12,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
	Итого:	500	40,11	31,48	36,87	78,51	773,32	12,65
<i>Обед</i>								
24	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры, огурцы св., раст. масло, лук репч.)	60	9,30	0,59	3,69	2,21	45,17	10,02
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зелень (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур.,зел.горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр.лист)	200/15/10/1	13,35	6,80	11,58	9,50	134,67	20,67
ПР/331	Тефтели из мяса индейки со сметанным соусом с томатом(филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/30	27,97	8,88	4,65	10,49	119,59	0,60
309	Макаронные изделия отварные (макаронны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	5,87	5,80	5,01	37,05	216,72	4,00
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Пирожок с творогом (пшен., творог 9%, молоко 2,5%, сахар, дрожжи, йод.соль)	30	15,50	3,36	3,48	23,68	139,24	0,02
	Итого:	811	82,82	28,57	29,15	127,75	852,39	40,33
	Всего за день:	1311	122,93	60,05	66,02	206,26	1625,71	52,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

В.Матильдова

" Утверждаю "

Директор МУП " Школьное питание "

С.А.Кустова

" Согласовано "

Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10

Меню на " 04 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет.

Завтрак								
173	Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом <small>(овсяные хлопья "Геркулес", молоко 2,5%, слив.масло 72%, сахар, йодир.соль)</small>	200/10	14,02	7,78	13,49	36,01	280,06	1,04
ПР	Сырники "Домашние" с молоком стуженным <small>(творог 9 %, мука пшен., сахар, соль, молоко)</small>	45/30	22,79	10,53	9,00	20,48	205,45	0,30
382	Какао с молоком <small>порошок,молоко 2,5%,сахар)</small> (какао)	200	10,33	3,15	3,37	18,68	118,40	5,55
14	Масло сливочное порциями <small>(масло сливочное 72,5%)</small>	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый <small>(мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)</small>	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Йогурт сливочный натуральный 2,5%	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
	Итого:	685	79,04	29,34	37,83	115,03	891,91	20,92
Обед								
49	Витаминный с горошком (капуста б/к,перец сладкий,кукуруза консервированная,соль йодированная,масло растительное)	60	11,99	0,95	3,66	5,74	56,45	27,04
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	9,80	8,82	7,95	15,53	169,33	11,20
291	Плов из цыплят <small>(мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат.пюре, йодир.соль)</small>	50/150	20,64	16,85	22,00	41,19	430,77	5,02
349	Компот из смеси сухофруктов <small>(смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)</small>	200	4,43	0,00	0,00	19,88	79,87	0,09
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный <small>(мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)</small>	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,20
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,30	1,10	46,20	211,20	22,00
	Итого:	926	98,71	32,86	35,19	150,76	1052,62	65,55
	Всего за день:	1611	177,75	62,20	73,02	265,79	1944,53	86,47

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



" Утверждаю"
 Директор МУН " Школьное питание"

С.А.Кустова

Меню на " 05" июня 2024 г.

" Согласовано"
 Начальник лагеря ГБОУ СОУШ № 10
 О.В. Устасевич

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины, мг	
				белки, г	жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
260	Гуляш из говядины (говядина, томат, пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	40/50	32,58	12,76	9,21	2,82	145,62	2,44
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	13,55	3,28	5,60	22,06	152,24	25,96
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня) с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	3,77	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд. упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
Итого:		840	97,06	20,12	24,27	97,27	691,97	48,45
Обед								
31	Салат из редиса с огурцом и яйцом (редис свежий, огурец свежий, яйцо раст. масло, йодир. соль)	60	10,46	1,07	4,44	0,53	46,36	1,92
82	Борщ с капустой и картофелем, на бульоне из мяса цыплят, сметаной и зеленью (картофель, лук репч., морковь, цыплята, зелень, сметана 15%, соль йод.)	200/15/10/1	13,33	5,71	8,40	10,30	140,35	17,96
271/331	Котлеты домашние в сметанном соусе с томатом (свин., говядина, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло, сметана 15%, томат, йодир. соль)	60/30	22,05	10,08	7,11	8,43	138,27	0,71
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	200	6,96	0,00	0,00	19,96	79,80	0,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Кондитерское биквитное изделие в инд. упаковке	36	14,60	2,16	4,68	19,80	129,60	0,00
Итого:		812	76,99	30,98	31,80	122,05	898,56	20,61
Всего за день:		1652	174,05	51,10	56,07	219,32	1590,53	69,06

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

В.В. Владимиров

" Утверждено"
 Директор МУП " Школьное питание"

С.А.Кустова

" Солдатово"
 Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10
 10.10.2024

Меню на " 06" июня 2024 г.
 оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность	
Завтрак								
210	Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	106/5	26,27	11,08	17,59	2,04	210,92	0,39
298	Куриные шарики с сыром (мясо цыплят, хлеб пшеничный, сыр, соль йодированная)	70	22,50	12,72	16,20	8,06	229,94	0,00
348	Компот из кураги (курага суш., сахар, лимон кислота)	200	7,83	1,04	0,06	30,16	126,20	0,80
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Йогурт	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
	Итого:	581	88,50	32,72	45,82	80,12	855,06	15,22
Обед								
29	Салат из сырых овощей (помидоры, огурцы, капуста б/к, масло растительное, соль йодированная)	60	7,12	0,66	3,67	2,29	45,46	11,46
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200	10,48	9,24	8,95	29,00	233,95	11,20
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст. масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)	50/160	36,52	17,72	12,89	21,06	271,47	22,85
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	4,96	0,00	0,00	23,97	95,83	0,09
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд.упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
	Итого:	920	76,68	30,76	26,25	121,14	843,71	50,62
	Всего за день:	1501	165,18	63,48	72,07	201,26	1698,77	65,84

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.В. Устимов

" Утверждаю " 
 Директор МУП "Школьное питание"

С.А.Кустова

" Согласовано " № 10 
 Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10 
 (Д.В. Устименко)

Меню на " 07 " июня 2024 г.
 оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витамины, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
265	Плов из свинины (свинина постная мякоть, крупа рисовая, морковь, лук репч., раст. масло, соль йодир.)	50/170	35,93	19,56	13,84	45,49	883,05	3,98
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	2,69	0,16	0,03	15,21	62,99	2,85
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,00	3,30	1,10	46,20	24,20
ПР	Кондитерское биквитное изделие в индив.упаковке	36	14,60	2,16	4,68	19,80	129,60	0,00
	Итого:	706	112,53	28,06	30,42	101,66	794,84	31,03
Обед								
27	Салат из свежих помидоров со сладким перцем (помидоры, перец сладкий, соль йодированная, масло)	60	12,72	0,68	3,70	2,66	47,69	37,36
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	10,52	5,82	5,82	14,06	132,23	15,20
290/331	Грудка куриная (филе) в сметанном соусе с томатом (мясо кур., сметана 15%, томат, сл.масло 72%, йодир.соль)	60/30	28,78	0,51	3,15	2,27	39,74	0,57
200	Пюре из бобовых (гороха) и картофеля (картофель, горох лущеный, молоко 2,5%, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,48	10,41	7,71	27,27	220,48	9,89
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	916	96,43	21,16	21,72	105,78	707,64	83,04
	Всего за день:	1622	208,96	49,22	52,14	207,44	1502,48	114,07

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



" Утверждаю"
 Директор МУП " Школьное питание"

С.А.Кустова

" Согласовано"
 Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10
 10.06.2024
 И.В. Устенькина

Меню на " 10" июня 2024 г.
 оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена руб	Химический состав				Витамины, мг С
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
293/331	Цыплята порциями в сметанном соусе с томатом (цыплята порц. сметана 15%, томат, раст. масло, йодир. соль)	70/30	20,33	19,12	21,56	2,20	279,89	0,60
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
377	Чай фруктовый (с/м смородина) (чай черный, сахар, смородина св./мор.)	200	2,73	0,16	0,05	15,44	63,25	12,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	650	62,21	32,08	37,47	93,21	843,82	27,65
Обед								
24	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры, огурцы св., раст. масло, лук репч.)	60	9,30	0,59	3,69	2,21	45,17	10,02
99	Суп овощной на бульоне из мяса цыплят, зелень (б/к капуста, картофель, лук репч., морковь, мясо кур., зел. горошек конс., раст. масло, укроп зелень, сметана 15%, йодир. соль, лавр. лист)	200/15/10/1	13,35	6,80	11,58	9,50	134,67	20,67
ПР/331	Тефтели из мяса индейки со сметанным соусом с ТОМАТОМ(филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	27,97	8,88	4,65	10,49	119,59	0,60
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	5,87	5,80	5,01	37,05	216,72	4,00
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Пирожок с творогом (мука пшен., творог 9%, молоко 2,5%, сахар, дрожжи, йод. соль)	30	15,50	3,36	3,48	23,68	139,24	0,02
	Итого:	811	82,82	28,57	29,15	127,75	852,39	40,33
	Всего за день:	1461	145,03	60,65	66,62	220,96	1696,21	67,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.В. Устенькина

" Утверждаю "

Директор МУП " Школьное питание "

С.А.Кустова

Меню на " 11 " июня 2024 г.

" Согласовано "

Начальник лагеря ГБОУ СОШ № 10

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена	Химический состав			Витамины, мг	
			руб	белки, г	жиры, г	углеводы, г	С	
Завтрак								
174	Каша вязкая молочная рисовая (крупа рисовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	150/10	14,03	4,15	10,56	31,90		0,80
ПР	Сырники "Домашние" с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшен., сахар, соль, молоко)	45/30	22,79	10,53	9,00	20,48	205,45	0,30
382	Какао с молоком (какао порошок, молоко 2,5%, сахар)	200	10,33	3,15	3,37	18,68	118,40	5,55
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Йогурт сливочный натуральный 2,5%	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
	Итого:	635	79,05	25,71	34,90	110,92	851,62	20,68
Обед								
49	Витаминный с горошком (капуста б/к, перец сладкий, горошек консервированный, соль йодированная, масло растительное)	60	11,99	0,95	3,66	5,74	56,45	27,04
102	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне из мяса цыплят, зеленью (св. картофель, горох лущеный, морковь, лук репч., раст. масло, мясо цыплят, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	9,80	8,82	7,95	15,53	169,33	11,20
291	Плов из цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат пюре, йодир. соль)	50/150	20,64	16,85	22,00	41,19	430,77	5,02
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	4,43	0,00	0,00	19,88	79,87	0,09
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,30	1,10	46,20	211,20	22,00
	Итого:	926	98,71	32,86	35,19	150,76	1052,62	65,37
	Всего за день:	1561	177,76	58,57	70,09	261,68	1904,24	86,05

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

М.А.Матвиенко




0.47
 О.В. Устечкина

Меню на " 13" июня 2024 г.
 оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал	Витамин, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
260	Гуляш из говядины (говядина, томат, пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	40/50	32,58	12,76	9,21	2,85	145,62	2,44
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	13,55	3,28	5,60	22,06	152,24	25,96
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня) с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	3,77	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд. упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
Итого:		690	74,96	19,52	23,67	82,57	621,47	33,45
Обед								
31	Салат из редиса с огурцом и яйцом (редис свежий, огурец свежий, яйцо раст. масло, йодир. соль)	60	10,46	1,07	4,44	0,53	46,36	1,92
82	Борщ с капустой и картофелем, на бульоне из мяса цыплят, сметаной и зеленью (картофель, лук репч., морковь, цыплята, зелень, сметана 15%, соль йод.)	200/15/10/1	13,33	5,71	8,40	10,30	140,35	17,96
271/331	Котлеты домашние в сметанном соусе с томатом (свин., говядина, пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст. масло, сметана 15%, томат, йодир. соль)	60/30	22,05	10,08	7,11	8,43	138,27	0,71
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	200	6,96	0,00	0,00	19,96	79,80	0,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Кондитерское биквитное изделие в инд. упаковке	36	14,60	2,16	4,68	19,80	129,60	0,00
Итого:		812	76,99	30,98	31,80	122,05	898,56	20,61
Всего за день:		1502	151,95	50,50	55,47	204,62	1520,03	54,06

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством И.В. Матвиенко

" Утверждаю"
 Директор МУП " Школьное питание"


 С.А.Кустова

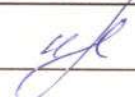
" Согласовано"
 Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10


Меню на " 14" июня 2024 г.
 оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
210	Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло сливочное, соль йодированная)	106/5	26,27	11,08	17,59	2,04	210,92	0,39
295	Котлеты рубленые из цыплят (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир.соль.)	60	13,43	10,27	11,32	8,89	178,72	0,60
348	Компот из кураги (курага суш., сахар, лимон.кислота)	200	7,83	1,04	0,06	30,16	126,20	0,80
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,30	1,10	46,20	24,20	22,00
	Итого:	621	106,84	28,87	38,64	107,35	711,04	23,79
Обед								
29	Салат из сырых овощей (помидоры, огурцы, капуста б/к, масло растительное, соль йодированная)	60	7,12	0,66	3,67	2,29	45,46	11,46
113/114	Суп-лапша домашняя на бульоне из мяса цыплят, зеленью (лапша домашняя - мука пшенич., яйца кур., йодир. соль, морковь, лук репч., масло растит., мясо кур., укроп зелень, йод. соль)	200	10,48	9,24	8,95	29,00	233,95	11,20
258	Мясо духовое (свинина мякоть, раст.масло, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, соль йодир.)	50/160	36,52	17,72	12,89	21,06	271,47	22,85
342	Напиток из ягод вишни (вишня с/м, сахар)	200	4,96	0,00	0,00	23,97	95,83	0,09
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд.упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	1070	98,78	31,36	26,85	135,84	914,21	65,62
	Всего за день:	1691	205,62	60,23	65,49	243,19	1625,25	89,41

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством  Матильда

Меню на " 19 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витаминь, мг	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
211	Омлет с сыром (яйцо куриное, молоко 2,5%, сыр, йод. соль, раст. масло)	110/5	35,38	14,56	22,00	2,04	0,39	
269	Биточки (особые) из говядины и свинины (говядина, свинина мякоть, пшеничн. хлеб, пшеничн сухари, раст. масло, йодир. соль)	70	26,82	12,43	6,75	7,29	139,61	0,42
646	Напиток лимонный (лимон св., сахар)	200	4,67	0,14	0,02	24,43	101,20	6,40
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд. упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
	Итого:	635	91,93	30,51	37,60	76,42	769,33	12,21
Обед								
49	Витаминный с горошком (капуста б/к, перец сладкий, горошек консервированный, соль йодированная, масло растительное)	60	11,99	0,95	3,66	5,74	56,45	27,04
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	11,33	7,36	7,57	19,19	174,70	11,20
260	Гуляш из говядины (говядина, томат. пюре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	40/30	31,80	12,56	7,19	1,71	122,00	1,46
304	Рис отварной (рис) (рис)	150	10,02	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	4,43	0,00	0,00	19,98	79,87	0,09
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
ПР	Кондитерское биквитное изделие в инд. упаковке	36	14,60	2,16	4,68	19,80	129,60	0,00
	Итого:	932	109,37	30,38	30,29	143,35	968,43	54,81
	Всего за день:	1567	201,30	60,89	67,89	219,77	1737,76	67,02

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.И. Матвиенко

" Утверждено "

Директор МУП " Школьное питание "

С.А.Кустова

" Согласовано "

Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10

Меню на " 18 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			ЭЦ, ккал	Витамин, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена со слив. МАСЛОМ(крупа рисовая, пшено, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	200/10	14,41	5,61	11,66	32,94	259,84	1,07
ПР	Сырники "Домашние" с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшен., сахар, соль, молоко)	45/30	22,79	10,53	9,00	20,48	205,45	0,30
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	4,37	1,59	1,64	17,37	90,91	0,72
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Йогурт сливочный натуральный 2,5%	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
	Итого:	685	73,47	25,61	34,27	110,65	844,20	16,12
Обед								
24	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры, огурцы св. Раст. масло, лук репч.)	60	9,30	0,59	3,69	2,21	45,17	10,02
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень йодир. соль)	200/15/10/1	12,15	6,83	11,73	7,81	129,29	28,78
142/330	Картофель и овощи, тушеные в соусе сметанном (картофель п/ф., морковь, лук репчат., масло растит., йодир. соль, соус-сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	150/30	14,96	4,08	12,35	31,12	252,63	35,66
298	Куриные шарики с сыром (мясо цыплят, хлеб пшеничный, сыр, соль йодированная)	70	22,50	12,72	16,20	8,06	229,94	0,00
348	Компот из кураги (курага суш., сахар, лимон. кислота)	200	7,83	1,04	0,06	30,16	126,20	0,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,33	1,10	46,20	24,20	22,00
	Итого:	986	118,59	31,53	45,61	147,78	912,43	97,28
	Всего за день:	1671	192,06	57,14	79,88	258,43	1756,63	113,40

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Матвиенко

Меню на " 17 " июня 2024 г. оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины, мг	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	С
Завтрак								
ПР/331	Тефтели из мяса индейки со сметанным соусом с томатом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/30	27,97	8,88	4,65	10,49	19,54	0,60
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	5,87	5,80	5,01	37,05	216,72	4,00
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	2,73	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	645	69,23	18,56	18,86	97,30	638,37	19,65
Обед								
46	Салат из белокочанной капусты с яблоками (капуста б/к, яблоко св., раст. масло, йод. Соль)	60	6,00	0,77	3,11	6,84	59,22	15,66
104/105	Суп картофельный с мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр лист, йодир. соль, говядина, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	18,79	6,61	4,04	14,92	122,96	20,30
293/331	Цыплята порциями в сметанном соусе с томатом (цыплята порц., сметана 15%, томат, раст. масло, йодир. соль)	70/30	20,33	19,12	21,56	2,20	279,89	0,60
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.)	40	7,50	3,36	3,48	23,68	139,24	0
	Итого:	821	69,94	42,02	39,62	133,27	1 057,49	41,58
	Всего за день:	1466	139,17	60,58	58,48	230,57	1695,86	61,23

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.Е. Волыникова

" Утверждаю "

Директор МУН " Школьное питание "



С.А.Кустова



" Согласовано "

Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10



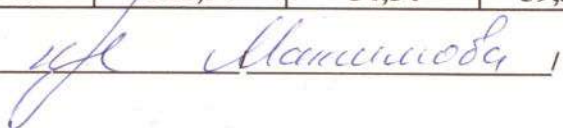
Меню на " 20 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав				Витаминные
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
256	Мясо тушеное (свинина) (свинина мякоть, морковь, лук репч., раст. масло, томат. соус, пшеничн. мука, йодир. соль)	45/40	25,35	13,70	8,28	1,85	137,02	1,38
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
342	Компот из свежих яблок (яблоки св., сахар, лимон. кислота)	200	7,61	0,16	0,18	28,42	117,17	4,63
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,1	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
	Итого:	485	50,01	26,06	23,72	91,14	684,37	6,01
Обед								
20	Салат из свежих огурцов и зеленого лука (огурцы св., лук перо зел., раст. масло, соль йодир.)	60	10,04	0,48	3,66	1,84	42,29	5,70
183/184	Борщ "Украинский" с пампушками (б/к капуста, картоф., морковь, свекла, лук репч., мясо птицы, томат. пюре, сметана 15 %, укроп зелень, йодир. соль, сахар, к-та лимон., мука пшенич., чеснок, яйцо курин.)	200/20/15/1 0/1	17,40	9,23	13,02	26,53	229,86	21,42
289	Рагу из цыплят (картофель, цыплята, морковь, лук репч., томат. пюре, раст. масло, мука пшенич., йодир. соль)	50/150	25,12	15,33	18,18	19,44	303,70	22,72
376	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	200	1,17	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в индивид. упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
	Итого:	956	71,33	28,28	35,63	107,63	833,46	54,91
	Всего за день:	1441	121,34	54,34	59,35	198,77	1517,83	60,92

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



" Утверждаю"
 Директор МУН " Школьное питание"


 С.А.Кустова

" Согласовано"

Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10

Меню на " 21" июня 2024 г.

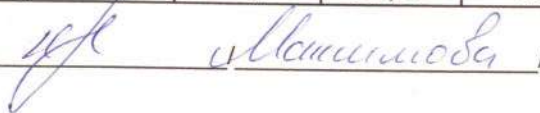
оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена	Химический состав				
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	
Завтрак								
291	Циц-из-цыплят (мясо кур., крупа рисовая, лук репчат., морковь, масло растит., томат.пюре, йодир.соль)	70/150	25,49	21,94	26,38	41,18	490,56	
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня) с/м,смородина с/м,сахар,чай черный)	200	3,77	0,15	0,05	15,37	62,81	10,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,30	1,10	46,20	211,20	22,00
ПР	Кондитерское биквитное изделие в индив.упаковке	36	14,60	2,16	4,68	19,80	129,60	0,00
	Итого:	706	103,17	30,73	40,78	142,61	1065,17	35,07
Обед								
31	Салат из редиса с огурцом и яйцом (редис свежий, огурец свежий,яйцо раст. масло, йодир. соль)	60	10,46	1,07	4,44	0,53	46,36	1,92
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	13,70	1,75	2,31	14,06	84,27	15,20
268/331	Шницель из свинины с соусом сметанным с томатом (мясо свинины,хлеб пшеничный,лук репчатый,соль йодированная,масло растительное,сметана 15%,томатное пюре)	60/30	20,65	11,62	8,29	11,43	167,02	1,05
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	5,87	5,58	5,01	37,05	216,72	4,00
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Йогурт	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	1051	104,95	28,46	24,79	142,39	898,87	56,22
	Всего за день:	1757	208,12	59,19	65,57	285,00	1964,04	91,29

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством





Меню на " 24" июня 2024 г.
 оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена,руб	Химический состав				
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал	Витаминный
Завтрак								
ПР/331	Тефтели из мяса индейки со сметанным соусом с томатом(филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир.соль)	65/30	27,97	8,88	4,65	10,49	119,59	0,60
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен.муки, слив.масло 72%, йодир.соль)	150	5,87	5,80	5,01	37,05	216,72	4,00
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар,вишня св./мор.)	200	2,73	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
	Итого:	495	47,13	17,96	18,26	82,60	567,92	4,65
Обед								
46	Салат из белокочанной капусты с яблоками (капуста б/к, яблоко св., раст. масло, йод. Соль)	60	6,00	0,77	3,11	6,84	59,22	15,66
104/105	Суп картофельный с мясными фрикадельками(картофель п/ф., морк., лук репч.,томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр.лист, йодир. соль, говядина, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	18,79	6,61	4,04	14,92	122,96	20,30
293/331	Цыплята порциями в сметанном соусе с томатом (цыплята порц.,сметана 15%, томат, раст. масло, йодир. соль)	70/30	20,33	19,2	21,56	2,20	279,89	0,60
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн., раст. масло, соль, сахар. дрожжи.)	40	7,50	3,36	3,48	23,68	139,24	0,00
	Итого:	821	69,94	42,10	39,62	133,27	1 057,49	41,58
	Всего за день:	1316	117,07	60,06	57,88	215,87	1625,41	46,23

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Устинова

" Утверждаю"
 Директор МУН " Школьное питание"

 С.А.Кустова

" Согласовано"
 Начальник лагеря ГБОУ СОШ № 10
 1 Устюжанин Д.В.

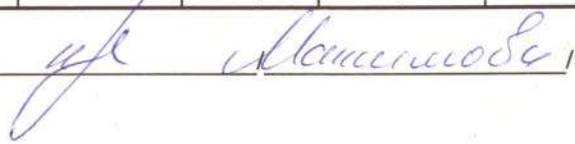
Меню на " 25 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Щ, экв	Витамин С, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
174	Каша вязкая молочная рисовая (крупа рисовая, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, сахар, йодир. соль.)	150/10	14,03	4,15	10,56	31,90	239,47	0,80
ПР	Сырники "Домашние" с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшен., сахар, соль, молоко)	45/30	22,79	10,53	9,00	20,48	205,45	0,30
378	Чай с молоком (чай черный, молоко 2,5 %, сахар)	200	4,37	1,59	1,64	17,37	90,91	0,72
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Йогурт сливочный натуральный 2,5%	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
	Итого:	785	95,19	24,75	33,77	124,31	894,63	30,85
Обед								
24	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры, огурцы св., Раст. масло, лук репч.)	60	9,30	0,59	3,69	2,21	45,17	10,02
88	Щи из свежей капусты и картофеля на бульоне из мяса цыплят, со сметаной, зеленью (б/к капуста, томат. пюре, морк., лук репч., мясо кур., масло растит., сметана 15%, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/10/ 1	12,15	6,83	11,73	7,81	129,29	28,78
295/331	Котлеты рубленые из цыплят с соусом сметанным с томатом (мясо кур., пшен. хлеб, молоко 2,5 %, пшен. сухари, раст.масло, йодир. сол. сметана 15%, томат. пюре, мука пшеничная)	60/50	16,33	11,08	13,24	12,37	213,54	1,55
312	Картофельное пюре (картофель, молоко 2,5 %, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	13,55	3,28	5,60	22,06	152,24	25,96
348	Компот из кураги (курага суш., сахар, лимон. кислота)	200	7,83	1,04	0,06	30,16	126,20	0,80
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
338	Десерт фруктовый (банан свежий)	200	48,75	3,30	1,10	46,20	24,20	22,00
ПР	Батончик БонТайм	20	5,80	0,00	0,02	0,07	460,00	0,00
	Итого:	1016	116,81	29,06	35,92	143,10	1255,64	89,13
	Всего за день:	1801	212,00	53,81	69,69	267,41	2150,27	119,98

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством



"Согласовано"

" Утверждаю"
Директор МУП "Школьное питание"

С.А.Кустова

Меню на " 26 " июня 2024 г.

Начальник лагеря ГБОУ СО(О)Ш № 10

Устаева О.С.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Витамины, мг	
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭН, ккал	С
Завтрак								
211	Омлет с сыром (яйцо куриное, молоко 2,5%, сыр, йод. соль, раст. масло)	110/5	35,38	14,56	22,01	2,04	265,52	0,39
269	Биточки (особые) из говядины и свинины (говядина, свинина мякоть, пшеничн. хлеб, пшеничн. сухари, раст. масло, йодир. соль)	70	26,82	12,43	6,75	7,29	139,60	0,42
646	Напиток лимонный (лимон св., сахар)	200	4,67	0,14	0,02	24,43	101,20	6,40
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
ПР	Сок фруктовый в ассортименте в инд. упаковке	200	14,50	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
	Итого:	635	91,93	30,51	37,61	76,42	769,32	12,21
Обед								
49	Витаминный с горошком (капуста б/к, перец сладкий, горошек консервированный, соль йодированная, масло растительное)	60	11,99	0,95	3,66	5,74	56,45	27,04
108/109	Суп картофельный с клецками на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель, морковь, лук репч., мясо кур., пшен. мука, яйцо кур., раст.масло, укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	11,33	7,36	7,57	19,19	174,70	11,20
260	Гуляш из говядины (говядина, томат. поре, лук репч., раст. масло, мука пшеничная, йодир. соль)	40/30	31,80	12,56	7,19	1,71	122,00	1,46
304	Рис отварной (рис круглый, соль йодир.)	150	10,02	3,81	6,11	40,01	230,31	0,00
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	4,43	0,00	0,00	19,98	79,87	0,09
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Кондитерское биквитное изделие в инд.упаковке	36	14,60	2,16	4,68	19,80	129,60	0,00
	Итого:	782	87,27	29,78	29,69	128,65	897,93	39,81
	Всего за день:	1417	179,20	60,29	67,30	205,07	1667,25	52,02

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Меню на " 27 " июня 2024 г.

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей с 7 до 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины, мг
				белки, г	жиры, г	углеводы, г		
Завтрак								
ПР/331	Тефтели из мяса индейки со сметанным соусом с томатом (филе индейки, крупа рис, яйцо кур., лук репч., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшеница йодир. соль.)	65/30	27,97	8,88	4,65	10,49	19,59	0,60
309	Макаронные изделия отварные (макароны из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	5,87	5,80	5,01	37,05	216,72	4,00
377	Чай фруктовый (вишня) (чай черный, сахар, вишня св./мор.)	200	2,73	0,10	0,03	15,00	60,61	0,05
14	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	10	7,11	0,10	7,25	0,14	66,20	0,00
ПР	Батон особый (мука пшеничная, дрожжи, раст. масло, сахар, йодир. соль)	40	3,45	3,08	1,32	19,92	104,80	0,00
338	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	150	22,10	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого:		645	69,23	18,56	18,86	97,30	638,42	19,65
Обед								
46	Салат из белокочанной капусты с яблоками (капуста б/к, яблоко св., раст. масло, йод. Соль)	60	6,00	0,77	3,11	6,84	59,22	15,66
104/105	Суп картофельный с мясными фрикадельками (картофель п/ф., морк., лук репч., томат. пюре, масло раст., укроп зелень, лавр. лист, йодир. соль, говядина, лук репчат., яйцо куриное, йодир. соль)	200/20/1	18,79	6,61	4,04	14,92	122,96	20,30
293/331	Цыплята порциями в сметанном соусе с томатом (цыплята порц., сметана 15%, томат, раст. масло, йодир. соль)	70/30	20,33	19,12	21,56	2,20	279,89	0,60
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, сл. масло 72%, йодир. соль)	150	6,49	9,02	6,69	40,81	259,18	0,00
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	7,73	0,20	0,26	22,60	92,00	5,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	25/25	3,10	2,94	0,48	22,22	105,00	0,02
ПР	Булочная мелочь (мука пшеничн. раст. масло соль сахар дрожжи)	40	7,50	3,36	3,48	23,68	139,24	0
ПР	Йогурт	150	21,34	4,70	3,40	19,80	117,00	14,03
Итого:		971	91,28	46,72	43,02	153,07	1 174,49	55,61
Всего за день:		1616	160,51	65,28	61,88	250,37	1812,91	75,26
Всего за 18 дней:		27964	3060	1048	1165	4162	31036	1373
В среднем за 1 день:		1554	170,00	58,20	64,72	231,21	1724,21	76,29

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

И.В. Устюжанин