

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 29

Армония

Асриян О.К.

Меню на 07.07.2025
пришкольного лагеря

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность

Первый день (вторая неделя)

Завтрак

гор. блюдо	174	Каша вязкая молочная из крупы рис 200/10	210	21,48	6,28	2,94	43	256,00
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 крестьянское	10	17,02	0,10	7,25	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	12	14,35	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1092,00	117,50	15,27	17,56	86,68	612,70

Обед

закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	12,96	1,69	4,91	12,40	101,00
2-е блюдо	ТТК 268	Котлеты из говядины 70/30	100	78,76	11,10	14,50	13,00	227,00
гарнир	309	Макароны отварные	150	13,10	5,55	4,20	34,20	197,00
сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,50	0,45	0,00	28,90	117,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржаной-пшеничный	20	2,26	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	123,50	24,61	25,69	116,92	804,60
		Итого за день	1902	241,00	39,88	43,25	203,60	1417,30

Зав. производством(буфетчик)

Начальник лагеря

/Е.О. Тишечкина/

Утверждено
Директор ООО "Дружба"



Марьева Г.П.

Меню на 08.07.2025
пришкольного лагеря

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 29
Гармония



Асфьян О.К.

прием пищи	№ рец	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углеводы	ценность

Второй день (вторая неделя)

Завтрак

гор.блюдо	ТТК225	Запеканка творожная с молоком сгущенным 120/30	150	64,58	17,0	7,8	37,1	284,0
гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,96	0,44	0,00	13,90	57,60
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	2,43	0,30	14,60	72,60
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
масл	14	Масло сливочное	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
сыр	15	Сыр Российский	18	21,59	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая бутелированная	500	26,00				
		Итого завтрак	1060,00	151,61	22,79	18,77	77,14	577,70

Обед

закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	9,39	0,70	0,10	1,14	14,40
1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	12,58	5,67	5,27	21,9	158
2-е блюдо	ТТК 237	Жаркое по -домашнему 50/125	175	55,98	14,10	19,20	17,20	295,20
напиток	1010*	Напиток яблочный	200	6,04	0,60	0,20	34,20	141,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,54	1,70	0,33	14,80	69,60
		Итого обед	745	89,39	27,05	26,90	106,64	787,80
		Итого за день	1805	241,00	49,84	45,67	183,78	1365,50

Зав.производством (буфетчик) _____

Начальник лагеря _____ /Е.О.Тимецкая/



Утверждаю
Директор ООО «Дружба»

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 29
Гармония

Асриян О.К.

Меню на 09.07.2025
пришкольного лагеря

	№ рец	Наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			порций	Цена	белки	жиры	углеводы	
Третий день (вторая неделя)								
Завтрак								
гор.блюдо	ТТК212	Омлет натуральный с овощами	150	33,97	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	3,24	0,40	19,50	96,80
		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,54	2,19	0,39	10,90	56,10
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
		Вода питьевая бутилированная	500	26,00				
		Итого завтрак	1050,00	124,02	20,85	22,16	69,74	577,20

Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	6,37	0,70	0,10	1,14	14,40
1-е блюдо	103	Суп с картофелем с макаронными изделиями	250	14,68	2,95	5,24	19,40	137,00
2-е блюдо	ТТК 293	Птица запеченая	100	47,50	16,60	12,00	0,41	175,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	29,83	3,13	5,25	20,30	141,00
сладкое	348	Компот из плодов сушеных (чернослив)	200	13,20	0,60	0,20	34,20	141,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,54	1,70	0,33	14,80	69,60
		Итого обед	810	116,98	29,96	24,92	107,65	787,6
		Итого за день	1860	241,00	50,81	47,08	177,39	1364,8

Зав.производства(буфетчик) _____

Начальник лагеря _____ /Е.О.Тимеева/

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Меню на 10.07.2025
пришкольного лагеря

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 29
Гармония

Асриян О.К.

прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса	цена	Пищевые вещества			Энергет.
			порций		белки	жиры	углевод	ценность

Четвертый день (вторая неделя)

Завтрак

гор.блюдо	173	Каша жидкая молочная из манной крупы	220	45,37	6,13	10,00	42,30	284,00
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,47
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,81	3,24	0,40	19,50	96,80
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоки)	130	15,6	0,52	0,52	11,44	61,10
бутерброд	14	Масло сливочное	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
сыр	15	Сыр Российский	17	20,45	4,60	5,80	0,00	72,40
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1132,00	130,03	14,91	23,97	87,04	636,97

Обед

закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	8,09	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	96	Рассольник Петербургский с рисовой крупой и сметаной 250/8	258	23,52	2,32	6,60	17,20	138,00
2-е блюдо	279	Тефтели с соусом 60/50	110	47,47	7,60	12,10	7,90	171,00
гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,45	6,15	4,20	34,70	201,00
напиток	348	Компот из плодов и ягод сушеных (кураги)	200	13,04	0,77	0,04	27,3	113
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,54	2,19	0,39	10,90	56,10
		Итого обед	828	110,97	23,73	25,19	116,54	795,30
			1960	241	38,64	49,16	203,58	1432,27

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"



Меню на 11.07.2025
пришкольного лагеря

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 29
Гармония



прием пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			порций	белки	жиры	углеводы	

Пятый день (вторая неделя)
Завтрак

гор.блюдо		Плов из птицы 80/160	240	72,78	16,70	17,40	42,90	395,0
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,49
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	2,43	0,30	14,60	72,60
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,6	0,52	0,52	11,44	61,10
	71	Овощи свежие (помидор)	60	6,32	0,70	0,10	1,14	14,40
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1175	125,34	20,67	18,32	83,78	599,59

Обед

закуска	71	Овощи свежие (огурец)	60	8,09	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	15,99	1,70	4,90	5,10	71,60
2-е блюдо	294	Котлета из птицы с маслом	105	60,58	11,02	12,00	12,10	200,00
гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,81	8,15	5,19	35,9	223
сладкое		Напиток из шиповника	200	8,79	0,66	0,25	26,80	112,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,54	1,70	0,33	14,80	69,60
		Итого обед	815	115,66	27,93	24,53	113,24	792,40
		Итого за день	1990	241	48,6	42,85	197,02	1392