

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 29
Гармония

Асриян О.К.

Меню на 14.07.2025
пришкольного лагеря

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

Первый день (первая неделя)

Завтрак

гор.блюдо	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы 200/10/10	220	43,03	9,12	12,00	49,10	340,00
гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,96	0,44	0,00	13,98	57,50
хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	139	15,60	0,52	0,52	11,44	61,30
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,10	7,20	0,10	66,20
сыр	15	Сыр Российский	20	24,28	3,45	4,35	0,00	54,30
		Вода питьевая бутелированная	500	26,00				
		Итого завтрак	1141,00	132,75	16,84	25,42	87,72	661,50

Обед

закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	96	Рассольник Петербургский с рисовой крупой	250	18,70	2,22	5,10	20,00	134,00
2-е блюдо	ТТК 293	Птица запеченная	100	47,48	16,60	12,00	0,41	175,00
гарнир	302	Рис отварной	150	15,80	3,70	4,12	35,60	194,00
сладкое	348	Компот из плодов сушеных (курага)	200	13,11	0,77	0,04	27,3	113
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,24	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	108,25	28,04	22,89	107,43	751,20
		Итого за день	1951,00	241,00	44,88	48,31	195,15	1412,70

Зав.производством/ Буфетчик

Начальник лагеря

Е.О.Тилецкая

даю
ор ООО "Дружба"

Марьева Т.Н.

Утверждаю
Директор МБОУ
Гармония

Асриян

Асриян О.К.

Меню на 15.07.2025

пришкольного лагеря

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

Второй день (первая неделя)

Завтрак

Завтрак								
гор. блюдо	ТТК 204	Макароны с сыром	150	40,79	10,20	11,20	24,70	240,00
гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	1,78	0,32	0,00	13,70	56,49
хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,81	4,28	1,80	17,40	109,60
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное	10	17,02	0,10	7,25	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	10	12,50	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1055	117,5	17,72	23,67	67,38	569,59

Обед

Обед								
закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	6,30	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	14,06	1,69	4,91	12,40	101,00
2-е блюдо	ТТК 268	Котлета из говядины 70/30	100	78,88	11,10	14,50	13,00	227,00
гарнир	309	Каша пшеничная рассыпчатая	150	13,66	6,15	4,20	34,70	201,00
сладкое	348	Компот из смеси сухофруктов	200	5,5	0,50	0,00	28,90	117,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,24	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	123,5	24,19	25,24	113,12	781,20
		Итого за день	1865	241,00	41,91	48,91	180,50	1350,79

Зав.производством/ Буфетчик _____

Начальник лагеря С.В. Милославская

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 29
Гармония

Асриян О.К.

Меню на 16.07.2025
пришкольного лагеря

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

Третий день (первая неделя)

Завтрак

гор. блюдо	ТТК212	Омлет натуральный с овощами (помидор)	150	34,99	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 черный		Хлеб пшеничный	40	3,81	3,24	0,40	19,50	96,80
		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	2,19	0,39	10,90	56,10
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,60	0,52	0,52	11,44	61,10
	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,10	7,25	0,10	66,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1060,00	124,76	20,85	22,16	69,74	577,20

Обед

закуска	ТТК 71	Овощи свежие (помидор)	60	9,05	0,70	0,10	1,14	14,50
1-е блюдо	101	Суп картофельный с пшеном	250	14,76	2,97	5,50	23,80	156,00
2-е блюдо	ТТК234	Котлета рыбная с соусом 70/30	100	43,48	9,48	12,00	9,91	182,00
гарнир	312	Пюре картофельное	150	30,23	3,13	5,25	20,30	141,00
сладкое	348	Компот из сушеных ягод и плодов (изюм)	200	12,65	0,63	0,10	28,70	118,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	40	3,81	4,28	1,80	17,40	109,60
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	1,36	0,32	7,96	40,20
		Итого обед	830	116,24	22,55	25,07	109,21	761,30
		Итого за день	1890	241,00	43,40	47,23	178,95	1338,50

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 17.07.2025
пришкольного лагеря

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

Четвертый день (первая неделя)

Завтрак

горячее блюдо	384*	Каша вязкая молочная манная 200/10/10	220	45,37	9,19	8,01	54,10	325,00
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	10	17,02	0,10	7,25	0,14	66,20
сыр	15	Сыр Российский	13	16,73	2,30	2,90	0,00	36,20
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1103,00	143,77	18,18	22,63	97,78	681,70

Обед

закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	13,25	0,70	0,10	1,14	14,50
1-е блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	14,77	2,95	5,24	19,40	137,00
2-е блюдо	ТТК 295	Биточки из птицы 70/30	100	41,04	11,02	12,00	12,10	200,00
гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,01	8,15	5,19	35,9	223
напиток	1010*	Напиток из свежих яблок	200	6,04	0,12	0,05	25,20	103,00
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,26	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	97,23	27,27	24,15	116,72	806,1
		Итого за день	1913	241,00	45,45	46,78	214,50	1487,80

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 18.07.2025
пришкольного лагеря

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

Пятый день (первая неделя)

Завтрак

гор.блюдо	ТТК 224	Запеканка творожная с молоком сгущенным 120/30	150	64,58	17,0	7,8	37,1	284,2
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	3,21	1,35	13,10	82,20
фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	15,6	0,52	0,52	11,44	61,10
масло	14	Масло сливочное крестьянское	10	17,02	0,1	7,2	0,1	66,2
		Вода питьевая	500	26,00				
		Итого завтрак	1035	127,84	21,15	16,87	75,44	550,19

Обед

закуска	ТТК 71	Овощи свежие (огурец)	60	8,06	0,42	0,06	1,14	6,60
1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	12,68	5,67	5,27	21,9	158,0
2-е блюдо	ТТК291	Плов из птицы 80/160	240	72,87	16,70	17,40	42,90	395,0
сладкое	348	Компот из плодов сушеных (курага)	200	13,11	0,77	0,04	27,3	113,0
хлеб белый		Хлеб пшеничный	30	2,86	3,21	1,35	13,10	82,20
хлеб черный		Хлеб ржано-пшеничный	30	3,58	1,12	0,22	9,88	46,40
		Итого обед	810	113,16	27,9	24,3	116,2	801,2
		Итого за день	1845,00	241,00	49,04	41,21	191,66	1351,39

Зав. производством

Начальник лагеря