

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДИ-Запад"



Одина И.В.

ГБОУ СОШ Съезжее

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря № _____

М Е Н Ю

на 05.06.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | |
| Яблоко* | | 100 | 44 |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл, | | 250/5 | 320 |
| Какао с молоком.. | | 200 | 147 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 71 |
| Итого: | | 585 | 582 |
| Обед | | | |
| Салат из свежих огурцов с луком репчатым | | 60 | 43 |
| Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зеленью. | | 10/200/1 | 120 |
| Котлеты из птицы с соусом | | 110 | 194 |
| Пюре из бобовых с м/растит. | | 150 | 226 |
| Компот из изюма + С витамин. | | 200 | 118 |
| Хлеб пшеничный* | | 50 | 117 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 78 |
| Итого: | 202,55 | 811 | 896 |
| Всего: | 202,55 | 1 396 | 1 478 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|--|------------|-------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витЕ - 0,39 | вита - 236,02 | витВ2 - 1,04 |
| 48,61 | 36,45 | 220,79 | витВ1 - 0,96 | витС - 18,47 | витD - 2,08 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Ca - 480,45 | I - 268,86 | P - 776,1 | Na - 2 778,13 | | |
| F - 289,98 | Se - 34,34 | Mg - 217,68 | Fe - 12,93 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП-ЗАПАД"

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря № _____



Юдина И.В.

ГБОУ СОШ Съезжее

МЕНЮ

на 06.06.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|---------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | |
| Печенье,... | | 60 | 260 |
| Каша молочная манная с м/сливочным | | 250/5 | 243 |
| Чай с лимоном | | 200/3,5 | 62 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 94 |
| Итого: | | 559 | 659 |
| Обед | | | |
| Салат из белокочанной капусты с морковью . | | 60 | 53 |
| Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и зеленью. | | 10/200/5/1 | 149 |
| Биточки из мяса с соусом. | | 110 | 231 |
| Макаронные изделия отварные ** | | 150 | 188 |
| Компот из смеси сухофруктов + С витамин | | 200 | 147 |
| Хлеб пшеничный*. | | 50 | 117 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 78 |
| Итого: | 202,55 | 816 | 962 |
| Всего: | 202,55 | 1 375 | 1 621 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витЕ - 0,36 | вита - 347,98 | витВ2 - 0,88 |
| 40,61 | 47,85 | 252,19 | витВ1 - 0,77 | витС - 17,9 | витD - 1,03 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|-------------|------------|-------------|---------------|
| Ca - 341,84 | I - 215,38 | P - 545,47 | Na - 2 496,58 |
| F - 115,61 | Se - 23,32 | Mg - 112,46 | Fe - 8,61 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП-ЗАПАД"

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря № _____



Юдина И.В.

ГБОУ СОШ Съезжее

МЕНЮ

на 07.06.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | |
| Икра кабачковая.. | | 60 | 74 |
| Сосиски отварные с томатным соусом | | 100 | 163 |
| Каша гречневая рассыпчатая, | | 150 | 230 |
| Чай с сахаром | | 200 | 61 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 94 |
| Итого: | | 550 | 622 |
| Обед | | | |
| Помидоры и огурцы свежие порционно. | | 60 | 10 |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом) мясом, сметано | | 10/200/5/1 | 167 |
| Рыба, тушенная с овощами ,, | | 100 | 130 |
| Рис отварной с м/сливочным | | 150 | 193 |
| Компот из кураги.+ С витамин | | 200 | 121 |
| Хлеб пшеничный* | | 50 | 117 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 78 |
| Итого: | 202,55 | 806 | 817 |
| Всего: | 202,55 | 1 356 | 1 439 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|------------|------------|---------------|-------------------------|--------------|
| В граммах | | | | Витамины в миллиграммах | |
| Белки | Жиры | Углеводы | витЕ - 0,93 | витА - 650,09 | витВ2 - 0,92 |
| 47,24 | 44,55 | 207,54 | витВ1 - 0,72 | витС - 19,62 | витD - 11,12 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Ca - 240,34 | I - 251,43 | P - 781,21 | Na - 2 007,67 | | |
| F - 490,74 | Se - 29,22 | Mg - 297,1 | Fe - 12,61 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП-ЗАПАД"



Одина И.В.

ГБОУ СОШ Съезжее

"СОГЛАСОВАНО"
Начальник лагеря № _____

МЕНЮ

на 08.06.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| Бутерброд с маслом, сыром** | | 60 | 187 |
| Каша гречневая молочная с маслом* | | 250/5 | 301 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 146 |
| Хлеб пшеничный * | | 35 | 82 |
| Итого: | | 550 | 716 |
| Обед | | | |
| Салат из свеклы отварной | | 60 | 58 |
| Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью * | | 200/5/1 | 77 |
| Плов с мясом .* | | 250 | 591 |
| Компот из свежих яблок + С витамин | | 200 | 112 |
| Хлеб пшеничный*. | | 50 | 117 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 78 |
| Итого: | 202,55 | 796 | 1 033 |
| Всего: | 202,55 | 1 346 | 1 749 |

Для всего меню

| | | | | | |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах | | |
| 49,48 | 68,58 | 233,32 | витЕ - 0,05 | вита - 556,32 | витВ2 - 1,23 |
| | | | витВ1 - 1,06 | витС - 20,2 | витD - 0,81 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Са - 539,43 | I - 302,49 | Р - 945,34 | Na - 3 186,5 | | |
| F - 176,92 | Se - 27,72 | Mg - 262,69 | Fe - 12,57 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП-ЗАПАД"



Юдина И.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря № _____

ГБОУ СОШ Съезжее

МЕНЮ

на 09.06.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|------------|-------|
| Завтрак | | | |
| Салат Степной: | | 60 | 71 |
| Тефтели тушеные в соусе | | 110 | 250 |
| Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным* | | 150 | 115 |
| Чай с сахаром | | 200 | 61 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 94 |
| Итого: | | 560 | 591 |
| Обед | | | |
| Помидоры и огурцы свежие порционно. | | 60 | 10 |
| Суп из овощей с мясом, сметаной и зеленью | | 10/200/5/1 | 130 |
| Шницель рыбный с соусом. | | 110 | 180 |
| Пюре картофельное с м/сливоч. | | 150 | 175 |
| Сок фруктовый | | 200 | 99 |
| Хлеб пшеничный* | | 50 | 117 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 78 |
| Итого: | 202,55 | 816 | 790 |
| Всего: | 202,55 | 1 376 | 1 381 |

Для всего меню

В граммах

| | | |
|-------|-------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 39,59 | 49,55 | 171,93 |

витЕ - 0,38
витВ1 - 0,9

Витамины в миллиграммах
вита - 528,89 витВ2 - 0,93
витС - 34,83 витD - 9,53

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|-------------|------------|-------------|---------------|
| Ca - 230,54 | I - 390,94 | P - 622,04 | Na - 3 369,19 |
| F - 454,67 | Se - 26,96 | Mg - 173,26 | Fe - 9,46 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Киселева Е.Н.