

Начальник лагеря М.М.М. «Утверждаю»
Курзаева М.Г.

Меню на 09.06. 2025г

Вид пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша пшеничная молочная	200	33.55	312	8	11.06	44.32
		536	Йогурт	115	20.48	106	7.33	3	12.29
	гор.напиток	434	Какао с молоком	200	16.69	116	4	4	16
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
Обед	фрукты				24.00				
		1	Бутерброд с маслом	60	16.07	75	0	8.2	1
	закуска	50	Салат из свежих томатов	80	16.12	98	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	116	Суп с макаронными изделиями	250	16.04	94.6	2.15	2.27	13.96
	2 блюдо	487	Птица отварная	90	36.38	223	22.3	14.2	0
	гарнир	353	Рис отварной	200	21.97	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	7.15	132.8	0.66	0.09	32.01
	хлеб бел.	тк	хлеб бел.	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	хлеб черн.	тк	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04

Подпись Соколова М.В.



Начальник лагеря М.М. «Утверждаю»
Курзаева М.Г.

Меню на 10.06. 2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	32.85	185	17.68	15.7	27.74
		3	Бутерброд с сыром	80	36.55	296	12.5	15.8	26
	гор.напиток	1168	Чай с лимоном	200	7.90	28.03	0.4	0.66	6.7
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338		100	36.00	95	1.5	0.5	21
Обед									
	закуска	10	Салат из зеленого горошка	80	19.95	83.6	2.98	5.19	6.25
	1 блюдо	132	Рассольник "Ленинградский"	250	23.5	167	4.82	6.92	20
	2 блюдо	255	Печень тушеная	90	27.58	185	15.6	11.23	3.52
	гарнир	332	Макароны отварные	200	15.37	208	5.5	4.07	35.3
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	8.75	110	0.2	0.2	22.3
	хлеб бел.	тк	хлеб бел.	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	хлеб черн.	тк	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04

Товар СФ Соколова М.В.

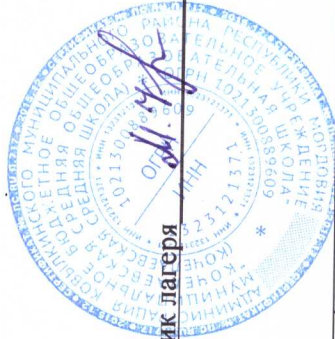


Начальник лагеря _____
«Утверждаю»
Курзаева М. Г.

Меню на 11.06. 2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	133	Суп молочный вермишелевый	200	33.15	126	4.8	4.2	17.2
		к/к	Печенье	30	18.5	35.27	0.38	1.08	6.41
	гор.напиток	433	Кофейный напиток с молоком	200	13.99	100	2.8	3.2	14.8
Обед	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338	фрукты	100	34.76	95	1.5	0.5	21
	закуска	119	Икра кабачковая	80	18.73	138.19	1.04	13.42	3.54
	1 блюдо	95	Щи из свежей капусты	250	23.80	66	2.2	3.6	6.4
	2 блюдо	304	Плов с мясом курицы	250	56.77	304.57	21.9	13.57	35.64
	гарнир				0.00				
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	8.75	132.8	0.66	0.09	32.01
	хлеб бел.	тк	хлеб бел.	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	хлеб черн.	тк	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04

Повар _____
Соколова М.В.



«Утверждаю»
Начальник лагеря Курзаева М.Г.

Меню на 13.06. 2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	267	Каша манная молочная	200	34.00	187	3.07	2.77	0.15
			Яйцо вареное	60	10	63	5.1	4.6	0.3
	гор.напиток	865	Кофейный напиток с молоком	200	13.99	100	2.8	3.2	14.8
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
Обед	фрукты		фрукты	100	35.00	95	1.5	0.5	21
			Вафли	50	17.38	104	2.01	14.1	11.8
	закуска		Салат из свежих овощей	100	19.28	92.8	1.41	6.01	8.26
	1 блюдо	407	Суп полевой	250	21.95	90	2.2	1.8	16.4
	2 блюдо	тк	Котлеты	90	36.38	223	10.2	13.4	10.3
	гарнир	тк	Пюре гороховое	200	15.07	166.99	4.2	4.4	26.9
	напиток	267	Чай с сахаром	200	5.40	81	0	0	14.6
	хлеб бел.		хлеб бел.	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	хлеб черн.	865	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04

Сол

Иовар Соколова М.В.