



Утверждено
М.П. Куряева

Начальник

Меню на 03.06. 2025г

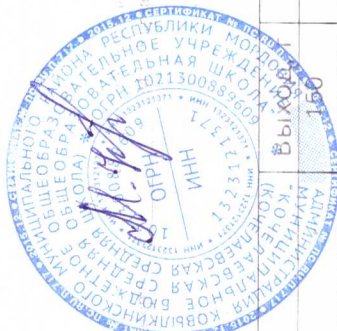
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша пшениная молочная	200	32.55	312	8	11.06	44.32
		1	Бутерброд с маслом	60	16.07	75	0	8.2	1
	гор.напиток	433	Кофейный напиток с молоком	200	13.99	100	2.8	3.2	14.8
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338	фрукты	100	36.00	95.00	1.50	0.50	21.00
Обед									
	закуска	55	Салат из свежих огурцов	85	19.28	52	1.2	4	2.7
	1 блюдо	95	Щи из свежей капусты	250	23.80	66	2.2	3.6	6.4
	2 блюдо	286	Тефтели	90	29.58	223	11.8	12.9	14.9
	гарнир	353	Гречка отварная	200	15.07	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	407	Сок фруктовый	200	9.7	84.8	1	0	20.2
	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

Соп

Соколова М.В.

Повар

Меню на 04.06.2020г



Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход (г)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	46.60	268	14.27	22.16	2.65
		536	Йогурт	115	20.48	106	7.33	3	12.29
	гор.напиток	865	Чай с сахаром	200	7.90	81	0	0	14.6
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
Обед	фрукты	338		100	32.71	95.00	1.50	0.50	21.00
	закуска	70-75	Салат из свежих овощей	90	22.28	92.8	1.41	6.01	8.26
	1 блюдо	116	Суп с макаронными изделиями	250	17.37	94.6	2.15	2.27	13.96
	2 блюдо	437	Птица отварная	90	30.33	223	22.3	14.2	0
	гарнир	353	Рис отварной	200	20.13	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	10.65	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

Сол

Товар *Солодова М В*

Меню на 05.06. 2025



Начальник ИИ

«Верхний»
С.К. Раба

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо	248	Макароны с сыром		240	47.23	267.9	10.84	12.7	27.33
		к/к	Конфеты		30	11.1	124.35	0.57	1.62	9.62
	гор.напиток	434	Какао с молоком		200	15.13	116	4	4	16
	хлеб	тк	хлеб		40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338			100	17.50	95.00	1.50	0.50	21.00
бед										
	закуска	10	Салат из соленых огурцов		90	19.68	87.22	1.5	5.1	8.83
	1 блюдо	155	Суп гороховый		250	20.95	94.6	4.39	2.27	13.96
	2 блюдо	272	Рыба тушеная		90	30.18	129.8	14.7	7.54	0.71
	гарнир	360	Картофельное пюре		200	43.85	224.4	7.35	6.02	35.2
	напиток	865	Чай с сахаром		200	5.35	81	0	0	14.6
	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

Сол

Соколова М.В.

овар



Начальник управления

С.И. Савица

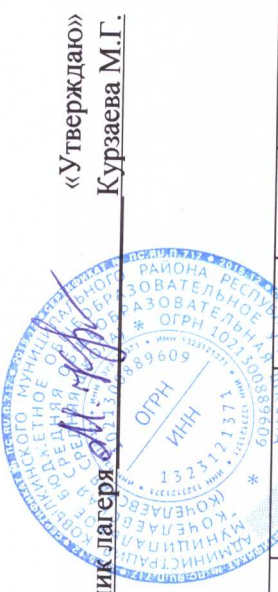
Меню на 06.06. 2025г

вид пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
звтрак	гор.блюдо	173	Каша овсянная	200	37.85	312	8	11.06	44.32
		209	Яйцо вареное	60	12	63	51	4.6	0.3
	гор.напиток	1168	Чай с лимоном	200	8.05	28.03	0.4	0.66	6.7
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338	фрукты	100	36.55	95	1.5	0.5	21
бед	закуска	10	Салат из зеленого горошка	80	18.69	83.6	2.98	5.19	6.25
	1 блюдо	83	Борщ из свежей капусты с мясом	250	34.41	8.75	200	1.44	3.94
	2 блюдо	290	Птица тушеная	90	35.18	281.3	31.01	33.24	21
	гарнир	255	Каша гречневая	200	15.07	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	10.65	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

Говар

Соколова М В

Сол



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.

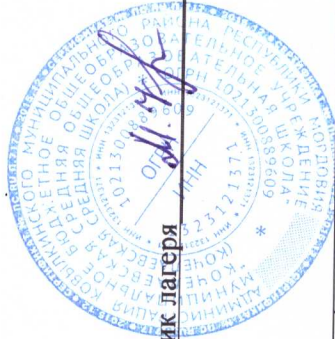


Начальник лагеря _____
«Утверждаю»
Курзаева М. Г.

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.



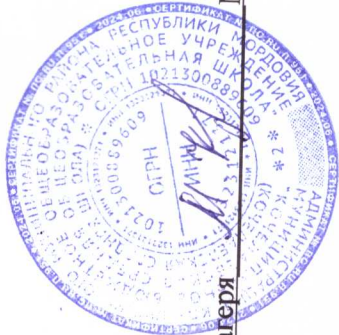
«Утверждаю»
Начальник лагеря М.Г. Курзаева

Меню на 16.06. 2025г

Школа	Кочелаевская СОШ					Отд./корп			День	понеделельн
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша рисовая молочная		200	37.95	333	6	11.7	50.9
		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		60	3.44	70.14	2.37	0.30	13.86
	фрукты	338	фрукты		150	30.00	95.00	1.50	0.50	21.00
Обед										
	закуска	12	Салат из кукурузы		100	19.15	99.3	2.88	6.18	8.04
	1 блюдо	108/2	Суп крестьянский с крупой		250	20.80	90.00	1.8	4.2	11.00
	2 блюдо	487	Птица отварная		90	34.8	223	22.3	14.2	0
	гарнир	332	Макароны отварные		200	15.37	208	5.5	4.07	35.3
	напиток	648	Кисель из концентрата		200	7.76	116	1.36	0	29.02
	хлеб бел.	тк	хлеб. бел.		40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
ИТОГО	хлеб черн.	тк	хлеб. черн.		60	2.52	76	2.64	0.44	15.04
					1630	217.85	1707.47	25.65	23.44	75.60

Сол

Повар _____ Соколова М.В.



«Утверждаю»
Начальник лагеря М.Г. Курзаева

Меню на 17.06. 2025г

Вид пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша пшенная молочная	200	32.55	312	8	11.06	44.32
		1	Бутерброд с маслом	60	16.07	75	0	8.2	1
	гор.напиток	433	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
	фрукты	338	фрукты	150	39.00	95.00	1.50	0.50	21.00
Бед	закуска	55	Салат из свежих огурцов	100	13.35	52	1.2	4	2.7
	1 блюдо	95	Щи из свежей капусты	250	23.80	66	2.2	3.6	6.4
	2 блюдо	286	Тефтели	90	34.8	223	11.8	12.9	14.9
	гарнир	353	Гречка отварная	200	15.07	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	407	Сок фруктовый	200	10.66	84.8	1	0	20.2
	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
	ТОГО			1590	217.85	1653.55	37.1	49.55	163.96

вар *Сол*

Соколова М.В.

Меню на 18. 06. 2025г

Начальник лагеря



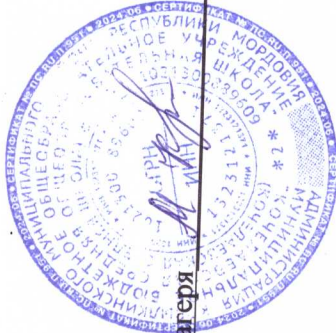
«Утверждено»
М.Т. Кураева

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	46.60	268	14.27	22.16	2.65
		536	Йогурт	115	20.48	106	7.33	3	12.29
	гор.напиток	865	Чай с сахаром	200	5.35	81	0	0	14.6
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338	Праники	150	28.76	95.00	1.50	0.50	21.00
Обед	закуска	70-75	Салат из свежих овощей	40	9.90	112.00	1.12	4.80	17.00
	1 блюдо	116	Суп с макаронными изделиями	100	15.35	92.8	1.41	6.01	8.26
	2 блюдо	487	Птица отварная	250	22.05	94.6	2.15	2.27	13.96
	гарнир	353	Рис отварной	90	34.8	223	22.3	14.2	0
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	21.97	243.75	8.6	6.09	38.64
	хлеб бел.	тк	хлеб бел.	200	3.19	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
ИТОГО				1635	217.85	1850.95	37.04	44.92	145.81

Повар

С.В.

Соколова М.В.

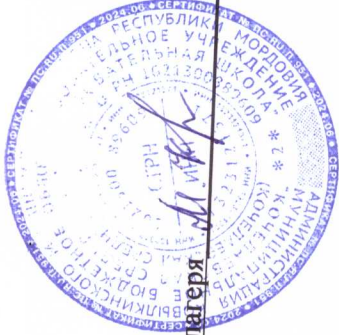


Начальник латеря М.Г. Курзаева
«Утверждаю»

Меню на 19.06.2025

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо	248	Макароны с сыром		240	47.23	267.9	10.84	12.7	27.33
		к/к	Конфеты		30	14.77	124.35	0.57	1.62	9.62
	гор.напиток	434	Какао с молоком		200	19.39	116	4	4	16
	хлеб	тк	хлеб		40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338			150	17.50	95.00	1.50	0.50	21.00
бед	закуска	10	Салат из соленых огурцов		100	24.13	87.22	1.5	5.1	8.83
	1 блюдо	155	Суп гороховый		250	20.95	94.6	4.39	2.27	13.96
	2 блюдо	272	Рыба тушеная		90	32.78	129.8	14.7	7.54	0.71
	гарнир	360	Картофельное пюре		200	43.85	224.4	7.35	6.02	35.2
	напиток	865	Чай с сахаром		200	5.35	81	0	0	14.6
	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
ГОГО					1600	217.85	1622.27	44.85	39.75	132.65

вар Соколова М.В.

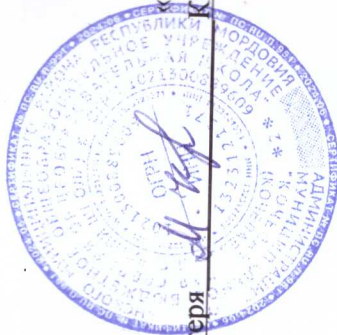


Начальник лагеря М.Г. Курзаева
«Утверждаю»
М.Г. Курзаева

Меню на 20.06.2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша овсянная	200	39.00	312	8	11.06	44.32
		209	Яйцо вареное	60	10	63	5.1	4.6	0.3
	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	фрукты	150	36.00	95	1.5	0.5	21
Обед									
	закуска	10	Салат из зеленого горошка	80	22.03	83.6	2.98	5.19	6.25
	1 блюдо	83	Борщ из свежей капусты с мясом	250	33.00	8.75	200	1.44	3.94
	2 блюдо	290	Птица тушеная	90	34.8	281.3	31.01	33.24	21
	гарнир	255	Каша гречневая	200	15.07	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	10.65	110	0.2	0.2	22.3
	хлеб бел.	тк	хлеб бел.	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
ИТОГО	хлеб черн.	тк	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04
				1570	217.85	1627.43	57.79	62.98	164.45

Совар Соколова М.В.



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

Меню на 23.06.2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	679	Каша пшеничная молочная	200	35.09	312	8	11.06	44.32
		536	Йогурт	115		106	7.33	3	12.29
	гор.напиток	434	Какао с молоком	200	16.39	116	4	4	16
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
Обед	фрукты				39.00				
		1	Бутерброд с маслом	60	15.54	75	0	8.2	1
	закуска	50	Салат из свежих томатов	80	19.33	98	1.46	5.11	10.42
	1 блюдо	116	Суп с макаронными изделиями	250	21.92	94.6	2.15	2.27	13.96
	2 блюдо	487	Птица отварная	90	36.55	223	22.3	14.2	0
	гарнир	353	Рис отварной	200	21.44	243.75	8.6	6.09	38.64
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	3.19	132.8	0.66	0.09	32.01
	хлеб бел.	тк	хлеб бел.	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
Итого	хлеб черн.	тк	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04
					217.85				

Повар Соф Соколова М.В.



«Утверждено»
Курзина М.Г.

Начальник лагеря

Меню на 24.06. 2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	451	Каша гречневая с молоком	200	32.34	185	17.68	15.7	27.74
		3	Бутерброд с сыром	80	44.26	296	12.5	15.8	26
	гор.напиток	1168	Чай с лимоном	200	10.20	28.03	0.4	0.66	6.7
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты	338		150	18.79	95	1.5	0.5	21
Обед	закуска	10	Салат из зеленого горошка	80	19.9	83.6	2.98	5.19	6.25
	1 блюдо	132	Рассольник "Ленинградский"	250	24.37	167	4.82	6.92	20
	2 блюдо	255	Печень тушеная	90	32.98	185	15.6	11.23	3.62
	гарнир	332	Макароны отварные	200	14.96	208	5.5	4.07	36.3
	напиток	342	Компот из свежих фруктов	200	10.65	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
	Итого				217.85				

Повар Соф Соколова М.В.

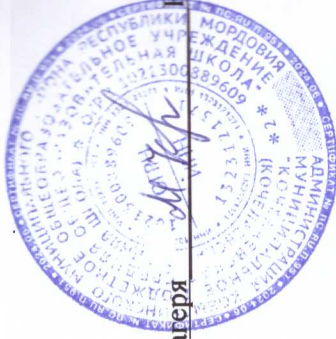


«Утверждаю»
Начальник лагеря Кураева М. Г.

Меню на 25.06. 2025г

Вид пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	133	Суп молочный вермишелевый	200	35.04	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	14.89	100	2.8	3.2	14.8
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
Обед	фрукты	338	фрукты	150	31.04	95	1.5	0.5	21
	закуска	119	Икра кабачковая	80	18.50	138.19	1.04	13.42	3.54
	1 блюдо	95	Щи из свежей капусты	250	29.30	66	2.2	3.6	6.4
	2 блюдо	304	Плов с мясом курицы	250	57.99	304.57	21.9	13.57	35.64
	гарнир				0.00				
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	3.19	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
Итого					217.85				

Сов Соколова М.В.



«Утверждаю»
Начальник лагеря Курзаева М.Г.

Меню на 26.06. 2025г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	177	Каша рисовая молочная	210	33.10	333	6	11.7	50.9
		1	Бутерброд с маслом	60	15.54	75	0	8.2	1
	гор.напиток	865	Чай с сахаром	200	5.40	81	0	0	14.6
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты			150	32.90				
Обед	закуска	10	Салат из соленых огурцов	80	24.14	87.22	1.5	5.1	8.83
	1 блюдо	142	Суп рыбный	250	24.17	129	11.62	5.2	18.75
	2 блюдо	175	Рагу из птицы	250	62.54	166.67	3.21	6.28	22.21
	гарнир				0.00				
	напиток	407	Сок фруктовый	200	10.66	84.8	1	0	20.2
	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
Итого					217.85				

Повар  Соколова М.В.



Начальник лагеря Курзоева М.Г.

Меню на 27.06. 2025г

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо	267	Каша манная молочная	200	31.32	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	14.89	100	2.8	3.2	14.8
	хлеб	тк	хлеб	40	3.44	163	3.87	3.75	28.44
	фрукты		фрукты	150	36.00	95	1.5	0.5	21
			Конфеты	50	18.78	104	2.01	14.1	11.8
	закуска		Салат из свежих овощей	100	19.35	92.8	1.41	6.01	8.26
	1 блюдо	407	Суп полевой	250	21.02	90	2.2	1.8	16.4
	2 блюдо	тк	Котлеты	90	36.55	223	10.2	13.4	10.3
	гарнир	тк	Пюре гороховое	200	14.14	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
того	хлеб черн.	865	хлеб черн.	60	2.52	76	2.64	0.44	15.04
					217.85				

звар Соф Соколова М.В.