

Меню (1 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор

16 июня 2025 года.

на 16 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛТО (лагере труда и отдыха) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ДЕНЬ №1 ЗАВТРАК					
210	Омлет натуральный	200	18,60	33,10	3,51	386,20
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
338	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	570	23,5	35,15	48,47	609,4
	День №1 ОБЕД					
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,30	5,00	8,00	83,50
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	250	2,87	5,25	12,00	141,25
	Сосиска отварная с соусом томатным (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,40
309	Макароны отварные со сливочным маслом	180	6,6	5,4	31,74	202,14
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	840	28	31,34	99,29	829,43
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:	1410	51,5	66,49	147,76	1438,83

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 162,75 руб.

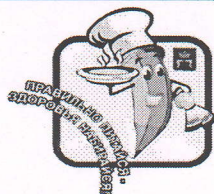
Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) _____

Меню (2день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МБОУ СПО «Втор. Теджи»
В.А. Вордочев
17 июня 2025 года.

на 17 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (лагере труда и отдыха) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ДЕНЬ №2 ЗАВТРАК					
174	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	7,5	13,6	53,7	367,5
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	640	11,2	15,38	95,76	572,2
	ДЕНЬ2 ОБЕД					
67	Винегрет овощной с маслом растительным	100	1,40	10,00	7,30	125,10
99	Суп из овощей на курином бульоне	250	1,60	4,98	9,10	95,25
	Плов из мяса птицы	280	23,63	14,69	49,95	427,39
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	890	30,38	31,00	96,66	788,48
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:	1530	41,58	46,38	192,42	1360,68

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 162,75 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) _____

Меню (3 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 3 г. Лесной
В.А. Бурдачев
18 июня 2025 года.

на 18 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (лагере труда и отдыха) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ДЕНЬ 3 ЗАВТРАК					
223	Запеканка из творога с повидлом	200	10,5	15,1	54,4	401,9
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	560	14,08	16,76	93,52	592,5
	ДЕНЬ 3 ОБЕД					
62	Салат из моркови с сахаром	100	1,20	0,10	11,50	81,70
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	250	2,60	5,15	7,90	124,75
278,1	Тефтели из мяса птицы с соусом	100	15,69	15,08	14,65	257,40
309	Макароны отварные	180	6,60	5,40	31,74	202,14
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	850	29,61	26,53	123,15	872,87
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1410	43,69	43,29	216,67	1465,37

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 162,75 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий
производством (Шеф повар) _____

Меню (4день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 3 пос. Родки
В. А. Бардачев
19 июня 2025 года.

на 19 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (лагере труда и отдыха) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ДЕНЬ 4 ЗАВТРАК					
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,88
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	640	11,3	14,03	81,21	501,58
	ДЕНЬ 4 ОБЕД					
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	100	0,10	3,20	6,50	73,05
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	250	2,60	5,10	10,90	138,75
290	Птица тушеная с соусом № 331	100	13,28	10,84	2,9	166
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,30	46,40	292,56
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	870	28,88	26,96	88,56	773,72
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1510	40,18	40,99	169,77	1275,3

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 162,75 руб.

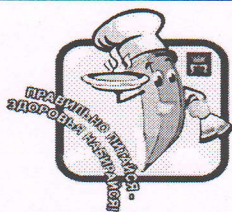
Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) _____

Меню (5 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 3 г.г. Ядри
В.А. Бордаков
20 июня 2025 года.

на 20 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов для обеспечения горячим питанием детей и подростков в ЛОЛ (лагере труда и отдыха) 5-11х классов

рецептуры (технологической карты)	Приём пищи. Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ДЕНЬ 5 ЗАВТРАК					
204	Макароны отварные с сыром	250	16,8	19,8	42,6	418
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	590	20,3	21,38	79,76	599,2
	ДЕНЬ 5 ОБЕД					
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,30	5,00	8,00	83,50
99	Суп овощной на курином бульоне	250	1,60	4,98	9,10	95,25
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	280	19,67	47,18	26,46	612,78
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	890	26,32	58,49	73,87	932,27
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1480	46,62	79,87	153,63	1531,47

Стоимость питания: завтрак и обед 5-11 кл. 162,75 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) _____