

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник  
детского оздоровительного лагеря

*А. В. Кашинская*

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-10 ЛЕТ на " 29 " 05.2023, 2023г

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор  
ООО «ЛАДИЯ»  
Исачева Л.В.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
182	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	210	5,10	10,72	33,42	251,00
211	Омлет с сыром	90	10,76	17,66	1,53	208,50
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,61	50,42
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>18,28</b>	<b>35,89</b>	<b>62,45</b>	<b>645,92</b>
	<b>Обед</b>					
20	Салат из свежих огурцов	60	0,45	3,61	1,41	39,95
111	Суп с вермишелью	250	2,39	5,08	13,00	117,05
261/330	Печень, тушенная в соусе	100/50	24,62	15,02	4,69	280,95
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
389	Сок фруктовый	180	0,9		18,2	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>980</b>	<b>36,71</b>	<b>29,85</b>	<b>114,08</b>	<b>907,38</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1500</b>	<b>54,99</b>	<b>65,73</b>	<b>176,53</b>	<b>1553,30</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 29 " 05. 2023г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
182	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	210	5,10	10,72	33,42	251,00
211	Омлет с сыром	120	14,34	23,54	2,04	278,00
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>23,83</b>	<b>42,16</b>	<b>84,72</b>	<b>805,67</b>
	<b>Обед</b>					
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
111	Суп с вермишелью	250	2,39	5,08	13,00	117,05
261/330	Печень, тушенная в соусе	100/50	24,62	15,02	4,69	280,95
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,77	24,55	164,84
389	Сок фруктовый	180	0,9		18,2	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>1080</b>	<b>39,25</b>	<b>33,53</b>	<b>134,47</b>	<b>1031,62</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1685</b>	<b>63,08</b>	<b>75,69</b>	<b>219,19</b>	<b>1837,29</b>

Зав.произв *А. В. Кашинская*

# Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник  
детского оздоровительного лагеря

*И.В. Нечаева*

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор  
ООО «ЛАДИЯ»  
Нечаева Л.В.



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-10 ЛЕТ на " 30 " 05. 2023г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	150/60	22,96	21,17	66,33	547,40
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
453	Пряник	40	2,58	3,28	27,33	149,20
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>33,99</b>	<b>29,95</b>	<b>127,72</b>	<b>920,50</b>
	<b>Обед</b>					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
389	Сок фруктовый	180	0,9		18,2	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>27,60</b>	<b>18,13</b>	<b>126,81</b>	<b>790,13</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1330</b>	<b>61,59</b>	<b>48,08</b>	<b>254,53</b>	<b>1710,63</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 30 " 05. 2023г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	200/60	30,29	28,25	55,91	598,65
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
453	Пряник	40	2,58	3,28	27,33	149,20
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>41,32</b>	<b>37,03</b>	<b>117,30</b>	<b>971,75</b>
	<b>Обед</b>					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
389	Сок фруктовый	180	0,9		18,2	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>975</b>	<b>29,58</b>	<b>18,50</b>	<b>142,91</b>	<b>866,68</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1525</b>	<b>70,90</b>	<b>55,53</b>	<b>260,21</b>	<b>1838,43</b>

Зав.произв *И.В. Нечаева*

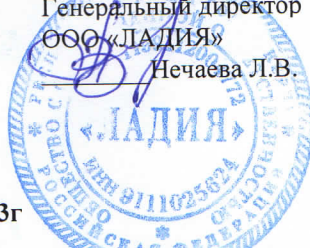
# Приятного аппетита



«СОГЛАСОВАНО»  
Начальник  
детского оздоровительного лагеря

*А.В. Мещеряков*

«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
ООО «ЛАДИЯ»  
Нечаева Л.В.



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-10 ЛЕТ на " 31 " 05 2023г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
<b>Завтрак</b>						
73	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
268	Котлета из говядины	100	15,76	15,28	13,08	256,00
309	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,52	26,45	168,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,78	46,76
ПР	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	11,04	45,98
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>28,77</b>	<b>27,21</b>	<b>85,03</b>	<b>698,00</b>
<b>Обед</b>						
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	105	8,33	7,91	6	139,98
303	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,57	154,00
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>955</b>	<b>18,61</b>	<b>18,49</b>	<b>138,59</b>	<b>815,04</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1505</b>	<b>47,38</b>	<b>45,70</b>	<b>223,62</b>	<b>1513,04</b>

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 11 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 31 " 05 2023г

№рпц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
<b>Завтрак</b>						
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
268	Котлета из говядины	100	15,76	15,28	13,08	256,00
309	Макаронные изделия отварные	200	7,36	6,02	35,26	224,60
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>33,63</b>	<b>32,06</b>	<b>122,67</b>	<b>912,97</b>
<b>Обед</b>						
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	150	13,33	12,66	9,60	223,97
303	Каша вязкая рисовая	180	3,08	5,01	31,92	185,00
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого</b>	<b>1100</b>	<b>26,11</b>	<b>24,45</b>	<b>163,64</b>	<b>1006,58</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1785</b>	<b>59,73</b>	<b>56,51</b>	<b>286,30</b>	<b>1919,55</b>

Зав.произв *А.В. Мещеряков*

# Приятного аппетита