

(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость пикания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
30/5	Бутерброды с маслом <small>хлеб пшеничный, масло сливочное, бутерброды</small>	ЭЦ-136, Бел-2, Жир-8, Угл-15		1
40	Яйца вареные.	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5		209
150	Каша яичная молочная из манной крупы . <small>манка с мёдом 2,5%, крупа манная, молоко сливочное, сахар, соль подсоливанная</small>	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23		181
180	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-54, Угл-14		376
100	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338

Итого за Завтрак ЭЦ-481, Бел-12, Жир-20, Угл-63

Обед

200	Суп картофельный с вермишелью	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14	103
	<small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль подсоливанная</small>		
210	Плов из курицы	ЭЦ-467, Бел-22, Жир-26, Угл-37	291
	<small>чечевица-бройлер, крупа рисовая, яйцо куриное, лук репчатый, томат, соль подсоливанная</small>		
60	Салат из белокачанной капусты свежей <small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль подсоливанная</small>	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4	45
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
25	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38	349

Итого за Обед ЭЦ-951, Бел-31, Жир-32, Угл-126

Итого за день ЭЦ-1431, Бел-44, Жир-52, Угл-189

Руководитель
МБОУ(МБОЛ)
МОУ №5



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

235-65



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
--------------	--------------------	--	----------------------	--------------------

Завтрак

30/5/10	Бутерброд с маслом/сыром <small>хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное бутербродное</small>	ЭЦ-162, Бел-6, Жир-9, Угл-15	3
150	Пудинг из творога (запеченный)	ЭЦ-459, Бел-25, Жир-21, Угл-43	222
25	Сметана	ЭЦ-20, Жир-2	540
180	Какао с молоком.. <small>молоко сливки 2,5%, какао, какао-порошок</small>	ЭЦ-131, Бел-3, Жир-3, Угл-23	382
100	Фрукты или ягоды свежие. (банан)	ЭЦ-96, Бел-2, Жир-1, Угл-21	338

Итого за Завтрак ЭЦ-868, Бел-36, Жир-35, Угл-102

Обед

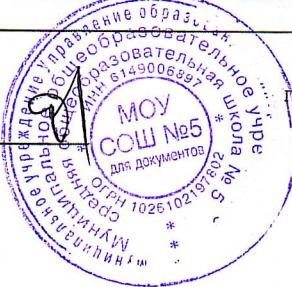
200	Борщ с капустой и картофелем.. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, ветчина (борщ), сахар, соль подщековая</small>	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32	82
90	Тефтели мясные с соусом	ЭЦ-182, Бел-6, Жир-13, Угл-10	279
150	Каша рассыпчатая яичная с маслом. <small>яйца, молоко столовое, соль подщековая</small>	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7	171
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5	52
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
180	Кисель из яблок свежих. <small>яблоки свежие, сахар, вода, картофелины, кисель яблочный.</small>	ЭЦ-108, Угл-26	352

Итого за Обед ЭЦ-1 150, Бел-19, Жир-67, Угл-113

Итого за день ЭЦ-2 018, Бел-55, Жир-102, Угл-215

235-65

Руководитель
МБОУ(МДО
У)



Пожар

ИП Шаповалов
И.И.



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
--------------	--------------------	--	----------------------	--------------------

Завтрак

180	Суп молочный с вермишелью. <small>молоко 2,5%, вермишель молочный, соль, сливочное масло</small>	ЭЦ-108, Бел-4, Жир-3, Угл-13	120
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
100/20	Оладьи со сгущенным молоком <small>мука пшеничная пекарская, молоко 2,5%, молоко сгущенное, масло растительное, яйца куриные, сахар, дрожжи сухие, соль юнированная</small>	ЭЦ-320, Бел-9, Жир-9, Угл-469	401
180	Фрукт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-191, Бел-11, Жир-4, Угл-14	386

Итого за Завтрак ЭЦ-735, Бел-28, Жир-18, Угл-517

Обед

200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	102
210	Ragu из птицы .	ЭЦ-250, Бел-15, Жир-13, Угл-18	289
60	Овощи натуральные свежие (огурец)	ЭЦ-18, Бел-1, Угл-3	71
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18	389

Итого за Обед ЭЦ-655, Бел-28, Жир-20, Угл-87

Итого за день ЭЦ-1 390, Бел-56, Жир-37, Угл-604

235-65

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)



Пожар

ИП Шаповалов
Н.Н.



Шаповалов
Николай
Николаевич

(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
150	Макаронные изделия отварные с маслом. <small>макароны, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
90	Оладьи из печени <small>печень, хлеб пшеничный, масло растительное, масло сливочное</small>	ЭЦ-245, Бел-16, Жир-15, Угл-11		282
60	Салат из белокачанной капусты свежей <small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кетчуп лимонный, соль йодированная</small>	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
180	Кофейный напиток . <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-72, Угл-18		379

Итого за Завтрак ЭЦ-624, Бел-24, Жир-24, Угл-75

Обед

200	Суп картофельный с фасолью . <small>картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12		102
90	Рыба, тушенная в томате с овоцами <small>рыбный, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное, кетчуп лимонный, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-95, Бел-9, Жир-4, Угл-3		229
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Салат из моркови <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-31, Бел-1, Угл-7		42
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349

Итого за Обед ЭЦ-1 204, Бел-31, Жир-54, Угл-136

Итого за день ЭЦ-1 828, Бел-55, Жир-78, Угл-211



Позар

ИП Шаповалов
Н.Н.

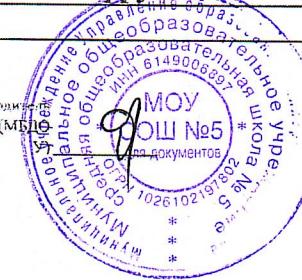
235-65



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
30/5/10	Бутерброд с маслом/сыром	ЭЦ-162, Бел-6, Жир-9, Угл-15		3
<i>Хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное бутербрюхое</i>				
200	Каша овсяная вязкая молочная с маслом, сахаром	ЭЦ-268, Бел-8, Жир-11, Угл-34		173
<i>макароны сливки 2,5%, сыворотка "вердюче", сахар, масло сливочное, вязкая</i>				
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-60, Угл-15		376
<i>сахар, чай черный</i>				
55	Печенье .	ЭЦ-229, Бел-4, Жир-5, Угл-41		332
Итого за Завтрак ЭЦ-719, Бел-18, Жир-25, Угл-104				
<u>Обед</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
<i>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль подсоленная</i>				
5	Сметана	ЭЦ-4		540
210	Жаркое по-домашнему	ЭЦ-483, Бел-15, Жир-37, Угл-21		259
<i>картофель, сало, лук репчатый, помидор, масло растительное, соль подсоленная</i>				
60	Овощи натуральные свежие (огурец)	ЭЦ-18, Бел-1, Угл-3		71
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
25	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389
Итого за Обед ЭЦ-845, Бел-25, Жир-44, Угл-82				
Итого за день ЭЦ-1 564, Бел-43, Жир-70, Угл-187				
235-65				

Руководитель



Повар

ИП Шапошников Н.Н.



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
30/5/10	Бутерброд с маслом/сыром	ЭЦ-162, Бел-6, Жир-9, Угл-15		3
	хлеб тосточный, сыр, масло сливочное, бутербродное			
180	Суп молочный с вермишелью.	ЭЦ-108, Бел-4, Жир-3, Угл-13		120
	молоко сливки 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная			
100	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
180	Кофейный напиток .	ЭЦ-72, Угл-18		379
	сахар, кофейный напиток			

Итого за Завтрак ЭЦ-394, Бел-10, Жир-12, Угл-57

Обед

200	Суп картофельный с горохом .	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-13	102
	картофель, горох зеленый, лук репчатый, мякоть, масло растительное, петрушка (корень), соль йодированная		
90	Котлеты ,биточки мясные.	ЭЦ-333, Бел-11, Жир-26, Угл-14	268
	мясина, мякоть сливочное 2,5%, хлеб тосточный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная		
150	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-8, Угл-36	171
	крупа пшеничная, масло сливочное, соль йодированная		
60	Капуста тушеная .	ЭЦ-44, Бел-1, Жир-2, Угл-6	321
	капуста белокочанная, томат, лук репчатый, масло сливочное, кислота лимонная, сахар, мякоть, мука пшеничная высшего сорта		
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
180	Компот из смеси сухофруктов	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38	349
	сухофрукты, сахар, кислота лимонная.		

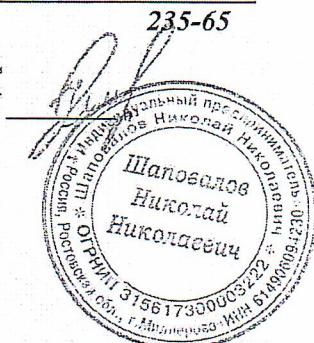
Итого за Обед ЭЦ-1 089, Бел-31, Жир-42, Угл-140

Итого за день ЭЦ-1 483, Бел-41, Жир-54, Угл-197



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
30/5/10	Бутерброд с маслом/сыром <small>хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное, бутербройль</small>	ЭЦ-162, Бел-6, Жир-9, Угл-15		3
40	Яйца вареные.	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5		209
200	Каша рисовая вязкая молочная с маслом, сахаром <small>заправка с маслом 2,5%, крупка рисовая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-263, Бел-6, Жир-9, Угл-38		174
200	Чай с сахаром. <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-60, Угл-15		376
25	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		
				527
Итого за Завтрак ЭЦ-664, Бел-21, Жир-24, Угл-90				

Обед

200	Суп картофельный с крупой(яичневый) <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа яичневая, масло растительное, соль юлдюковская</small>	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10		101
90	Печень по-строгановски <small>печень, сметана, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, масло сливочное</small>	ЭЦ-173, Бел-13, Жир-11, Угл-7		255
150	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль юлдюковская</small>	ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-41		171
60	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное,</small>	ЭЦ-56, Бел-1, Жир-4, Угл-5		52
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
25	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389

Итого за Обед ЭЦ-850, Бел-30, Жир-28, Угл-115

Итого за день ЭЦ-1 514, Бел-51, Жир-52, Угл-204

235-65

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)
Управления образования г.Минска



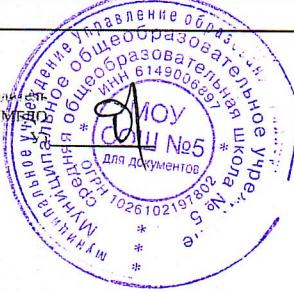
Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
200/20	Вареники ленивые отварные со сметаной.	ЭЦ-357, Бел-25, Жир-18, Угл-23		218
	яичное, сметана, мука пшеничная высшего сорта, сахар, яйца куриные, соль йодированная			
180	Фруктурт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-191, Бел-11, Жир-4, Угл-14		386
100	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
Итого за Завтрак ЭЦ-600, Бел-36, Жир-22, Угл-49				
<u>Обед</u>				
200	Щи из свежей капусты с картофелем.	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
	капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (корень), томат, соль йодированная			
5	Сметана	ЭЦ-4		540
90	Гуляши.	ЭЦ-288, Бел-10, Жир-27, Угл-2		260
	мясной, лук репчатый, томат, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная			
150	Макаронные изделия отварные с маслом.	ЭЦ-196, Бел-5, Жир-6, Угл-31		203
	макароны, масло сливочное, соль йодированная			
60	Овощи натуральные свежие (помидор)	ЭЦ-14, Бел-1, Угл-2		71,01
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
180	Компот из смеси суchoфруктов	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349
	сухофрукты, сахар, концентрированный,			
Итого за Обед ЭЦ-928, Бел-24, Жир-39, Угл-113				
Итого за день ЭЦ-1 528, Бел-61, Жир-61, Угл-162				
Позар				
ИП Шаповалов Н.Н.				
235-65				



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микрэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
90/40	Фрикадельки в соусе	ЭЦ-280, Бел-11, Жир-14, Угл-22		280
		свиная, сметана, молоко с жиром 2,5%, мука пшеничная высшего сорта, хлеб пшеничный, масло растительное, лук репчатый		
150	Каша рассыпчатая яичневая с маслом.	ЭЦ-339, Бел-1, Жир-34, Угл-7		171
		яйца свежие, молоко сливочное, соль подсоленая		
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
200	Чай с сахаром.	ЭЦ-60, Угл-15		376
		сахар, чай черный		
Итого за Завтрак ЭЦ-795, Бел-16, Жир-50, Угл-65				

Обед

200	Борщ с капустой и картофелем..	ЭЦ-272, Бел-5, Жир-14, Угл-32		82
		свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, петрушка (корень), сахар, соль подсоленая		
90	Котлеты (Биточки) рыбные.	ЭЦ-240, Бел-11, Жир-15, Угл-14		234
		мятой, молоко с жиром 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, молоко сливочное		
150	Картофельное пюре с маслом	ЭЦ-188, Бел-3, Жир-9, Угл-22		128
		картофель, молоко с жиром 2,5%, масло сливочное, соль подсоленая		
60	Икра овощная свекольная.	ЭЦ-60, Бел-1, Жир-3, Угл-7		55
		свекла, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное, сахар		
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
25	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
180	Сок фруктовый или ягодный .	ЭЦ-76, Бел-1, Угл-18		389

Итого за Обед ЭЦ-1 029, Бел-27, Жир-44, Угл-127

Итого за день ЭЦ-1 824, Бел-44, Жир-94, Угл-192

235-65



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.



(Школьный летний лагерь)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
30/5	Бутерброды с маслом <small>хлеб пшеничный, масло сливочное, бутербрюльное</small>	ЭЦ-136, Бел-2, Жир-8, Угл-15		1
150/20	Макароны отварные с сыром <small>макароны, сыр, масло сливочное</small>	ЭЦ-284, Бел-12, Жир-14, Угл-29		204
100	Фрукты или ягоды свежие.(яблоко)	ЭЦ-52, Угл-11		338
200	Кафео с молоком.. <small>молоко с мол. 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-145, Бел-4, Жир-3, Угл-25		382
Итого за Завтрак ЭЦ-618, Бел-18, Жир-24, Угл-80				

Обед

200	Суп картофельный с вермишелью <small>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль подсоливанная</small>	ЭЦ-95, Бел-2, Жир-2, Угл-14		103
90	Птица отварная с соусом. <small>чicken-бульон, сметана, мука пшеничная, въесиская, соль подсоливанная</small>	ЭЦ-340, Бел-22, Жир-28, Угл-1		288
150	Рис припущененный <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль подсоливанная</small>	ЭЦ-200, Бел-4, Жир-4, Угл-37		305
60	Салат из белокачанной капусты свежей <small>капуста белокачанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, кислота лимонная, соль подсоливанная</small>	ЭЦ-36, Бел-1, Жир-2, Угл-4		45
25	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12		560
25	Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21		527
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сахар, вода, вода для компота</small>	ЭЦ-161, Бел-1, Угл-38		349

Итого за Обед ЭЦ-1 024, Бел-35, Жир-39, Угл-127

Итого за день ЭЦ-1 642, Бел-53, Жир-63, Угл-208

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

235-65

