

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуропатов И.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 1

Завтрак

Наименование	Выход,г	Белки,г р	Жиры,г р	Углевод ы,г	Калл
Каша молочная "Дружба"	200	5	5,5	21,21	148,63
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,98	58
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Итого за завтрак:	650	14,8	18,3	70,59	522,23

Обед

Суп гороховый	250	5,3	5,03	19,9	146
Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,7	17,2	318
Салат из сырых овощей	100	2,5	6,8	7	128,33
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,04	0	24,76	94,2
Итого за обед:	840	33,7	31,33	111,56	893,53
Итого за 1 день	650	48,5	49,63	182,15	1415,76

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуропатов П.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025 год

ДЕНЬ 2

Завтрак

Запеканка из творога с морковью 200/20	220	27,84	8	32,4	279,6
Кофейный напиток с молоком	200	4,07	3,5	17,6	118,6
Бутерброд с повидлом 50/10/20	80	5,02	11,76	9,85	167,7
Кондитерское изделие	35	2,25	3,54	22,32	130,8
Сок т/п	200	1	0	23,4	212
Итого за завтрак:	735	40,18	26,8	105,57	908,7

Обед

Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114
Котлета из курицы	100	14,2	11,4	13	214
Макароны отварные с овощами	180	5,64	7,32	31,8	216,96
Напиток из лимонов	200	0,15	0,013	24,43	96
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	820	28,09	22,363	128,8	847,96
Итого за 2 день	1555	68,27	49,163	234,37	1756,66

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИИ)
Шкуронатов Н.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025 год

ДЕНЬ 3					
Завтрак					
Каша с жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
Омлет с зеленым горошком	75	4,9	5,35	2,4	76,75
Чай с сахаром и лимоном 200/5	205	0,3	0	10,28	46,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Кондитерское изделия	50	0,4	0	39	152
Итого за завтрак:	710	15,28	13,69	105,66	606,75

Обед					
Суп "Крестьянский" с крупой и куриным мясом 250/25	275	5,98	7,54	15,53	148,27
Рыба тушеная в томате с овощами 75/75	150	13,87	7,85	6,53	150
Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
Свежие овощи(огурец)	100	0,8	0,1	2,6	14
Кисель из сока фруктового	200	0,43	0,12	38,62	157,6
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	995	30,68	22,65	129,74	844,15
Итого за 3 день	1705	45,96	36,34	235,4	1450,9

Согласовано
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуропатов П.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагеря с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 4

Завтрак

Оладьи со сгущенным молоком 200/20	220	9,8	10,87	51,13	327,54
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Шоколад	15	1,4	2,1	41	182
Итого за завтрак:	595	18,24	17,49	148,82	806,34

Обед

Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,28	13,75	93,35
Плов с курицей	200	27,3	8,1	33,2	314,6
Салат из свежих помидоров с луком	100	1,13	6,18	4,72	79,1
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	840	36,48	18,36	119,13	788,25
Итого за 4 день	1435	54,72	35,85	267,95	1594,59

Директор

Руководитель (ИП)

Шкуронатов П.А.

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 5					
Завтрак					
Суп молочный макаронными изделиями	200	5,5	4,54	17,86	134,32
Кофейный напиток	200	0	0	20	75,8
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Кондитерское изделия	60	4,08	36,24	77,64	646,8
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Итого за завтрак:	650	13,22	41,7	149,64	1019,62
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем 250/5	255	1,8	6,2	7,65	98,5
Гуляш из мяса птицы	100	18,91	20,82	2,68	273,86
Макаронные изделия отварные	180	6,12	9	34,2	243
Салат из свежих огурцов	100	0,77	6,08	2,38	67,3
Напиток из плодов шиповника	200	0,15	0,013	24,43	96
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	925	33,51	42,913	114,04	985,66
Итого за 5 день	1575	46,73	84,613	263,68	2005,28

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкурнятов И.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 6

Завтрак

Омлет натуральный 150/5	155	15,2	25,09	2,36	295,22
Кисломолочный продукт	100	2,9	2,5	4,2	51
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,98	58
Батон пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	71,4
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Итого за завтрак:	675	24,25	29,41	65,62	638,32

Обед

Суп гороховый	250	5,3	5,03	19,9	146
Биточек из курицы	100	19,2	4,27	13,47	168,53
Рагу из овощей с кабачками	180	3,24	11,16	15,36	174,42
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	22,3	110
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	820	33,7	21,46	113,73	805,95
Итого за 6 день	1495	57,95	50,87	179,35	1444,27

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуропатов И.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 7

Завтрак

Суп молочный с гречневой крупой	200	5,74	4,82	15,92	129,92
Батон парезной	50	3,85	1,5	24,9	131
Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Сок т/пак	200	1	0	23,4	212
Итого за завтрак:	700	15,13	15,44	100,16	720,22

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
Птица тушеная в соусе 50/50	100	21,3	21,65	4,68	200
Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
Салат из свежих помидоров	100	0,9	1,5	4,1	36
Кисель из сока фруктового	200	0,43	0,12	38,62	157,6
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	920	34,92	33,15	131	872,63
Итого за 7 день	1620	69,84	48,59	231,16	1592,85

Согласовано:
Директор



Утверждено:
Руководитель (ИИД)
Шкуронатов П.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 8

Завтрак

Каша жидкая молочная манная	200	6,24	6,1	19,7	158,64
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Бутерброд с сыром 50/10/20	80	7,71	12,18	15,13	176,95
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Конфеты	45	3,11	16,07	23,58	247,5
Итого за завтрак:	625	20,98	38,47	93,7	775,29

Обед

Суп картофельный с крупой	250	1,76	2,18	15,78	82,61
Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
Макаронные изделия отварные	180	6,12	9	34,2	243
Салат из свежих огурцов	100	0,77	6,08	2,38	67,3
Сок фруктовый	200	1	0	23,4	212
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	920	29,51	23,76	122,86	938,31
Итого за 8 день	1545	50,49	62,23	216,56	1713,6

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИИ)
Шкурнятов И.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025 год

ДЕНЬ 9

Завтрак

Капуста тушеная с мясом и грибами	200	16,8	8,2	10,4	182,9
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,98	58
Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	9,2	44
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Кондитерское изделие	50	2,25	3,54	22,32	130,8
Сок т/пак	200	1	0	23,4	212
Итого за завтрак:	710	24,27	11,94	94,74	722,9

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
Рагу из мяса 50/150	200	13,35	34,35	19,66	432
Свежие овощи(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	23
Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,04	0	24,76	94,2
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	840	22,94	38,19	108,06	860,95
Итого за 9 день	1550	47,21	50,13	202,8	1583,85

Директор



Утверждаю: _____
Руководитель (ИП)
Шкурова П.А.



для школьной столовой (дети 12-18 лет)

лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 10

Завтрак

	завтрак				
Каша "Дружба"	200	5	5,5	21,21	148,63
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,28	86
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Сыр порциями	20	3,48	4,43	0	54
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак:	580	14,38	19,03	67,69	520,73

Обед

Борщ с капустой и картофелем 250/5	255	1,82	4,91	12,74	102,5
Котлета из курицы	100	19,2	4,27	13,47	168,53
Каша пшеничная	180	8,95	6,73	43	276,54
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,98	6,15	3,73	74,2
Напиток из плодов шиповника	200	0,15	0,013	24,43	96
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	925	36,86	22,873	140,07	924,77
Итого за 10 день	1505	51,24	41,903	207,76	1445,5

Согласовано
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуронатов Н.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 11					
Завтрак					
Каша молочная "Дружба"	200	5	5,5	21,21	148,63
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,98	58
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Итого за завтрак:	650	14,8	18,3	70,59	522,23
Обед					
Суп гороховый	250	5,3	5,03	19,9	146
Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,7	17,2	318
Салат из сырых овощей	100	2,5	6,8	7	128,33
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,04	0	24,76	94,2
Итого за обед:	840	33,7	31,33	111,56	893,53
Итого за 11 день	1490	48,5	49,63	182,15	1415,76

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуропатов П.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025 год

ДЕНЬ 12

Завтрак

Запеканка из творога с морковью 200/20	220	27,84	8	32,4	279,6
Кофейный напиток с молоком	200	4,07	3,5	17,6	118,6
Бутерброд с повидлом 50/10/20	80	5,02	11,76	9,85	167,7
Кондитерское изделие	35	2,25	3,54	22,32	130,8
Сок т/п	200	1	0	23,4	212
Итого за завтрак:	735	40,18	26,8	105,57	908,7

Обед

Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114
Котлета из курицы	100	14,2	11,4	13	214
Макароны отварные с овощами	180	5,64	7,32	31,8	216,96
Напиток из лимонов	200	0,15	0,013	24,43	96
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	820	28,09	22,363	128,8	847,96
Итого за 12 день	1555	68,27	49,163	234,37	1756,66

Согласовано:
Директор



Утверждено:
Руководитель (ИИ)
Шкуропатов И.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 13					
Завтрак					
Каша с жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
Омлет с зеленым горошком	75	4,9	5,35	2,4	76,75
Чай с сахаром и лимоном 200/5	205	0,3	0	10,28	46,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Кондитерское изделия	50	0,4	0	39	152
Итого за завтрак:	710	15,28	13,69	105,66	606,75
Обед					
Суп "Крестьянский" с крупой и куриным мясом 250/25	275	5,98	7,54	15,53	148,27
Рыба тушеная в томате с овощами 75/75	150	13,87	7,85	6,53	150
Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
Свежие овощи(огурец)	100	0,8	0,1	2,6	14
Кисель из сока фруктового	200	0,43	0,12	38,62	157,6
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	995	30,68	22,65	129,74	844,15
Итого за 13 день	1705	45,96	36,34	235,4	1450,9

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Руководитель (ИП)

Шкурноватов Ц.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025 год

ДЕНЬ 14

Завтрак

Оладьи со сгущенным молоком 200/20	220	9,8	10,87	51,13	327,54
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Шоколад	15	1,4	2,1	41	182
Итого за завтрак:	595	18,24	17,49	148,82	806,34

Обед

Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,28	13,75	93,35
Плов с курицей	200	27,3	8,1	33,2	314,6
Салат из свежих помидоров с луком	100	1,13	6,18	4,72	79,1
Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	840	36,48	18,36	119,13	788,25
Итого за 14 день	1435	54,72	35,85	267,95	1594,59

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИИ)
Шкуропатов Д.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 16

Завтрак

Омлет натуральный 150/5	155	15,2	25,09	2,36	295,22
Кисломолочный продукт	100	2,9	2,5	4,2	51
Чай с сахаром	200	0,2	0	9,98	58
Батон пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	71,4
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	67,5
Итого за завтрак:	675	24,25	29,41	65,62	638,32

Обед

Суп гороховый	250	5,3	5,03	19,9	146
Биточек из курицы	100	19,2	4,27	13,47	168,53
Рагу из овощей с кабачками	180	3,24	11,16	15,36	174,42
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	22,3	110
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	820	33,7	21,46	113,73	805,95
Итого за 16 день	1495	57,95	50,87	179,35	1444,27

Согласовано
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИП)
Шкуропатов П.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 17

Завтрак

Суп молочный с гречневой крупой	200	5,74	4,82	15,92	129,92
Батон парезной	50	3,85	1,5	24,9	131
Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Сок т/пак	200	1	0	23,4	212
Итого за завтрак:	700	15,13	15,44	100,16	720,22

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75
Птица тушеная в соусе 50/50	100	21,3	21,65	4,68	200
Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
Салат из свежих помидоров	100	0,9	1,5	4,1	36
Кисель из сока фруктового	200	0,43	0,12	38,62	157,6
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	920	34,92	33,15	131	872,63
Итого за 17 день	1620	50,05	48,59	231,16	1592,85

Согласовано:
Директор



Утверждаю:
Руководитель (ИИ)
Шкуронатов И.А.



Ежедневное меню

для школьной столовой (дети 12-18 лет)
лагерь с дневным пребыванием на 2025год

ДЕНЬ 18

Завтрак

Каша жидкая молочная манная	200	6,24	6,1	19,7	158,64
Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2
Бутерброд с сыром 50/10/20	80	7,71	12,18	15,13	176,95
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Конфеты	45	3,11	16,07	23,58	247,5
Итого за завтрак:	625	20,98	38,47	93,7	775,29

Обед

Суп картофельный с крупой	250	1,76	2,18	15,78	82,61
Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
Макаронные изделия отварные	180	6,12	9	34,2	243
Салат из свежих огурцов	100	0,77	6,08	2,38	67,3
Сок фруктовый	200	1	0	23,4	212
Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Итого за обед:	920	29,51	23,76	122,86	938,31
Итого за 18 день	1545	50,49	62,23	216,56	1713,6