

Утверждаю



Директор МОУ Изняевской СШ ЯМР:

С.Н. Кондратьев

Директор

25 2015 года

МЕНЮ

1 день Первая неделя

Летний оздоровительный лагерь

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА ОСОБАЯ куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сухари панировочные, батон нарезной пшен.муха высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая	90	38,74	14,1	17,5	13,4	267
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	150	14,08	3,7	5,9	38,9	223
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.муха высш.сорт обог. микронутриентами	45	4,50	3,4	1,3	23,1	118
БУЛОЧКА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ ВАРЕНЫМ мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи прессованные, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), молоко сгущенное вареное*	65	8,26	4,5	4,7	28,4	175
Итого			25,9	29,4	118,8	844
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ консервы говядина тушеная, соль йодированная, лавровый лист, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, крупа перловая, сметана 15% жирности, вода питьевая	250/15/10	27,99	5	6,4	16,8	149
МЯСО КУРИНОЕ В СМЕТАННО-ТОМАТНОМ СОУСЕ филе бедра куриного*, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый	50/50	46,53	11,9	10,8	3,9	170
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	12,52	8,4	6,4	38,2	244
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ *томаты грунтовые	50	13,26	0,6	0,1	1,9	12
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (фасованный) сок яблочный	200	25,00	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	51	3,52	3,3	0,4	21,2	102
МАНДАРИН мандарин	100	29,00	0,8	0,2	7,5	38
Итого			31	24,5	109,7	801
Всего		226,50	56,9	53,9	228,5	1645

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова Е.Н.

Утверждаю



Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

С.Н. Кондратьев

Директор

ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ

05 2023 года

МЕНЮ

**2 день Первая неделя
Летний оздоровительный лагерь
7-11 лет**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) масло сладко-сливочное несоленое	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ СО *молоко пастер. 3,2% жирности, крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок	200/5	20,83	4,9	7,4	32,6	218
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ цикорий*, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, вода питьевая	200	18,60	2,8	3,3	21,5	127
МИНИ - ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ* мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи	80	26,55	9,7	11,5	25	245
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами	40	4,00	2,9	1,2	20	102
Яблоко	130	20,00	0,5	0,5	12,7	61
Итого			20,9	32,2	111,9	828
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, чеснок, капуста белокочанная, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, приправа сухая*, соль йодированная, лавровый лист, консервы говядина тушеная, картофель, морковь, лук репчатый	250/20/10	30,73	5,1	6,9	8,9	124
МЯСО ТУШЕНОЕ свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная	50/50	45,22	11,1	28,9	4,2	321
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	8,44	5,4	4,9	34,8	205
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ огурцы грунтовые	38	10,63	0,3		0,9	5
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая	200	7,00			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	50	3,50	3,3	0,4	21,2	102
МИНИ - ТОРТ "БОЯРУШКА" мини-торт "Боярушка"	38	23,00	1,9	11,8	22,7	198
Итого			27,1	52,9	112,1	1032
Всего		226,50	48	85,1	224	1860

Директор ООО "Максимум" Осиневская Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар) Завьялова Завьялова Е.Н

Утверждаю



Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

С.Н. Кондратьев

Директор

22 05 2023 года

МЕНЮ

3* день Первая неделя

Летний оздоровительный лагерь

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫР (ПОРЦИЯМИ) сыр российский	25	20,64	5,8	7,4		91
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное	150/5	43,65	15,3	21,1	2,7	262
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
КОТЛЕТА В ТЕСТЕ С КУНЖУТОМ кунжут*, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.	30/51	24,59	8,6	12,5	52,4	357
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами	42	4,20	3,2	1,2	21,6	110
Итого			33,1	42,2	91,7	881
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ *томаты грунтовые, огурцы грунтовые, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	60	15,91	0,5	6,1	1,7	65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ С МЯСОМ масло подсолнечное рафинированное, консервы говядина тушеная, вода питьевая, соль йодированная, горох лущеный, лавровый лист, картофель, лук репчатый, морковь	250/15	20,94	8,3	5	19,1	155
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА соль йодированная, свинина мясная, морковь, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая	50/40	45,28	11	25,4	2,9	288
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло	150	12,52	8,4	6,4	38,2	244
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	54	3,57	3,3	0,4	21,2	102
МАНДАРИН мандарин	100	29,00	0,8	0,2	7,5	38
Итого			32,5	43,5	105,6	953
Всего		226,50	65,6	85,7	197,3	1834

Директор ООО "Максимум"

Осиневская
Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова
Завьялова Е.Н.



Утверждаю

Директор МОУ Иемьяновской СШ ЯМР:

С.Н. Кондрагьев С.Н. Кондрагьев

Директор

«21» 105 2023 года
Карпов *Лавров* *Карпов* *Лав*

МЕНЮ
4 день Первая неделя
Летний оздоровительный лагерь

7-11 лет

1.06.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОЛАДЬИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ мука пшеничная высш. сорт, *яйца куриные (шт.), вода питьевая,	200/50	34,96	16,4	18	107,5	656
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
ЙОГУРТ БЗМЖ йогурт 1,5% жирности	100	30,00	2	1,5	3	48
ЯБЛОКО яблоки	130	20,00	0,5	0,5	12,7	61
Итого			19,1	20	138,2	826
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная	75	9,96	1,2	3,8	7	68
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ консервы говядина тушеная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, приправа сухая*, чеснок, лавровый лист, сахар песок, томатная паста, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности	250/10/5	22,28	3,6	4,6	16,5	125
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ С СОУСЕ СМЕТАННО- филе бедра куриного*, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, крупа рисовая, сметана 15% жирности, томатная паста	200/50	81,24	22,4	25,8	24,7	432
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая	200	7,00			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	42	2,96	2,8	0,4	17,8	86
БАТОНЧИК "ЧИО РИО" батончик "чио рио"	30	15,00	1,5	9	17,1	155
Итого			31,5	43,6	102,5	943
Всего		226,50	50,6	63,6	240,7	1769

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова Е.Н. Завьялова Е.Н.

Утверждаю



Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

С.Н. Кондратьев

Директор

МЕНЮ

5 день Первая неделя
Летний оздоровительный лагерь

7-11 лет

2.06.

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ТЕФТЕЛКИ ОСОБЫЕ В СОУСЕ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, лук репчатый, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, морковь, свинина мясная, куриная грудка филе	80/30	39,15	11,2	21,4	12,8	287
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	15,02	10,1	7,6	46	293
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами	46	4,60	3,5	1,3	23,6	121
МАНДАРИН мандарин	100	29,00	0,8	0,2	7,5	38
Итого			25,8	30,5	104,9	800
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, свекла	60	5,51	0,9	3,6	4,9	55
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, РЫБОЙ приправа сухая, рыбн.консервы в масле скумбрия атл.бланш, лавровый лист, соль йодированная, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	265	16,92	4,5	2,4	19,8	120
ПТИЦА, ЗАПЕЧЕНАЯ В ЯЙЦЕ С СЫРОМ куриная грудка филе, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, чеснок, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, сыр российский	90	54,88	17,5	22,5	2,5	285
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	150	8,44	5,4	4,9	34,8	205
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	7,32			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	53	3,56	3,3	0,4	21,2	102
ПИРОЖЕНОЕ ПЕСОЧНОЕ пироженое песочное*	100	39,00	6,6	18,7	69,9	422
Итого			38,2	52,5	172,5	1266
Всего		226,50	64	83	277,4	2066

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова Е.Н.