

Утверждаю



Директор МКУ Инновационной СХИ ЯМР

Директор

С.Н. Кондратьев

МЕНЮ

1 день Вторая 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	20	16,56	4,2	5,3		66
КАША "ДРУЖБА" СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ крупя рисовая, пшено, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная	200/5	19,63	5,9	7,7	33,5	228
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. микроэлементами	20	2,00	1,4	0,6	9,8	50
Итого			24	28,4	89,8	716
Обед						
ПОМИДОРЫ С ЗЕЛЕНЬЮ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ *томаты грунтовые, соль йодированная, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированное, сахар песок	60	16,92	0,6	9,8	4,8	111
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ консервы говядина тушеная, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, филе индейки консервированное*, лавровый лист, приправа сухая*, вода питьевая, горошек зеленый консервы, картофель, морковь, лук репчатый	250/10/10	30,56	2,9	6,8	11,3	119
ШНИЦЕЛЬ СВИНОЙ масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, сухари панировочные, свинина мясная, вода питьевая	90	42,55	11,8	27,8	14,5	355
РИС ОТВАРНОЙ крупя рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	150	14,08	3,7	5,9	38,9	223
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая	200	7,00			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	43	3,05	3,3	0,4	21,2	102
МАНДАРИН мандарин	100	29,00	0,8	0,2	7,5	38
Итого			23,1	50,9	117,6	1025
Всего		226,50	47,1	79,3	207,4	1741

Директор ООО "Максимум" _____ Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова

Завьялова Е.Н.



Утверждаю

Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

С.Н. Кондратьев

Директор

МЕНЮ

2 день Вторая неделя

Летний оздоровительный лагерь

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА КАЛОРИЙНАЯ СО СГУЩЕННЫМ ванилин, крупа манная, кефир 2,5 % жирности, сахар песок, сода,	180/50	47,10	13,3	31,5	111,8	783
ЙОГУРТ БЗМЖ йогурт 1,5% жирности	100	30,00	2	1,5	3	48
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (фасованный) сок яблочный	200	25,00	1	0,2	20,2	86
Итого			16,3	33,2	135	917
Обед						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ томатная паста, лавровый лист, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, приправа сухая*, макаронные изделия высш. сорт, консервы говядина тушеная, морковь, лук репчатый	265	17,01	4,7	4,8	15,3	124
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, *яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, сыр российский, *рыба минтай филе	90	53,65	15,2	9,7	3,3	165
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	180	22,32	3,8	6,5	25,7	177
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ огурцы грунтовые	54	15,11	0,4	0,1	1,3	8
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ лимон, вода питьевая, сахар песок	200	12,79	0,3		20,3	87
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	51	3,52	3,3	0,4	21,2	102
Итого			27,7	21,5	87,1	663
Всего		226,50	44	54,7	222,1	1580

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова Е.Н.

Утверждаю



Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

Директор

МЕНЮ

3 день Вторая неделя
Летний оздоровительный лагерь

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ИЗЮМОМ, С молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, творог 9,0% жирности, сахар песок, *яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности, ванилин, *молоко пастер. 3,2% жирности, крупа манная, соль йодированная, виноград сушеный (изюм)	130/20	61,16	22,6	15,4	37,5	385
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	30	3,09	2,7	2,7	16,5	102
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
ЯБЛОКО яблоки	130	20,00	0,5	0,5	12,7	61
Итого			26	18,6	81,7	609
Обед						
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	250/10/10	23,96	3,8	5,3	16,7	135
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ БЕЗ КАРТОФЕЛЯ вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, филе бедра куриного*, масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт	100	40,98	10,2	11,5	3,7	163
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	35	9,28	0,4	0,1	1,3	8
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ нектар фруктовый*	200	11,20			11,3	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	35	2,21	2	0,3	12,7	61
ПИРОЖЕНОЕ ПЕСОЧНОЕ пирожаное песочное*	100	39,00	6,6	18,7	69,9	422
Итого			31,4	42,3	153,8	1078
Всего		226,50	57,4	60,9	235,5	1687

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова

Завьялова Е.Н.

Утверждаю



Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

Директор

МЕНЮ

**4 день Вторая неделя
Летний оздоровительный лагерь**

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ лавровый лист, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, консервы говядина тушеная, картофель, морковь, лук репчатый	200	57,85	11,8	12,4	28,9	274
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ огурцы грунтовые	50	13,91	0,4		1,2	7
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	50	5,31	4,3	4,5	28,9	173
НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ нектар фруктовый*	200	11,20			11,3	45
Итого			16,5	16,9	70,3	499
Обед						
СУП С ГОРОХОМ (БЕЗ КАРТОФЕЛЯ) С МЯСОМ чеснок, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, приправа сухая*, вода питьевая, консервы говядина тушеная	255	12,03	9	6,4	18,4	167
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ С СОУСЕ СМЕТАННО-ТОМАТНОМ 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
ПОМИДОР СВЕЖИЙ *томаты грунтовые	35	9,36	0,4	0,1	1,3	8
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	50	3,50	3,3	0,4	21,2	102
МАНДАРИН мандарин	100	29,00	0,8	0,2	7,5	38
Итого			36,1	32,9	88,1	808
Всего		226,50	52,6	49,8	158,4	1307

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова

Завьялова Е.Н.

Утверждаю



Директор МОУ Ивняковской СШ ЯМР:

Директор

С.Н. Кондратьев

28.03.2013 года

«Максимум» № 28/23

МЕНЮ

5 день Вторая 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 КУРИНАЯ филе бедра куриного*, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	90	40,21	12,5	12,3	13,4	216
СПАГЕТТИ спагетти*, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	150	8,44	5,4	4,9	34,8	205
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200	3,10	0,2		15	61
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С КУНЖУТОМ мука пшеничная высш.сорт, кунжут*, сахар песок, масло	50	5,48	4,5	5,1	27,1	172
ЙОГУРТ БЗМЖ йогурт 1,5% жирности	100	30,00	2	1,5	3	48
Итого			24,6	23,8	93,3	702
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ консервы говядина тушеная, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, приправа сухая*, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, картофель, лук репчатый, морковь	250/5/5	22,44	4,6	5,4	19,6	146
ГУЛЯШ МЯСНОЙ масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, морковь	45/45	39,86	9,7	23,3	2,6	260
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	150	14,08	3,7	5,9	38,9	223
ПОМИДОР СВЕЖИЙ *томаты грунтовые	51	13,52	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	52	3,54	3,3	0,4	21,2	102
СЛОЙКА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ мука пшеничная высш.сорт, *яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное вареное*, тесто слоеное*	75	20,83	0,4	0,4	1,2	10
Итого			23,3	35,7	105,6	839
Всего		226,50	47,9	59,5	198,9	1541

Директор ООО "Максимум"

Е.Н. Осиневская

Зав. производством (шеф-повар)

Завьялова Е.Н.