

Утверждаю

Директор школы: 

МЕНЮ

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(днее

ДЕНЬ13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		5,61	6,75	36,93	231,32
КРУПА РИСОВАЯ	42,93	42,5	2,89	0,42	30,51	137,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	63,2	63,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,69	2,32	4,44	50,02
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,10	8,50	20,15	169,53
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,04	0,00	14,65	59,44
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	7	4,2	0,04	0,00	0,13	1,39
			8,75	15,25	71,73	460,29
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,66	0,12	2,28	14,40
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60,62	60	0,66	0,12	2,28	14,40
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	250		7,21	10,25	16,43	187,10
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30,9	28,12	4,97	5,01	0,00	64,92
КАРТОФЕЛЬ	125	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	150/40		10,58	13,86	18,42	241,03
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	51	46,41	8,20	8,28	0,00	107,15
КАРТОФЕЛЬ	177,83	106,7	2,07	0,42	16,87	79,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,3	0,18	0,03	1,06	5,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,3	5,3	0,00	5,13	0,00	46,22
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7	0,13	0,00	0,49	2,67
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			24,07	24,82	93,01	693,80
Полдник						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	50		3,75	4,90	37,20	208,50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,75	4,90	37,20	208,50
			4,75	5,10	57,40	294,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,57	45,17	222,14	1 448,59

МЕНЮ

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		5,75	6,68	28,67	197,35
КРУПА МАННАЯ	29,68	29,68	2,97	0,29	20,32	94,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,52	64,52	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,07	98,07	2,75	2,38	4,57	51,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,87	3,87	0,00	0,00	3,74	14,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ,СЫРОМ	40/10/10		4,39	11,04	15,13	177,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2,05	2,60	0,00	32,10
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,37	0,00	15,30	62,62
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,9	1,9	0,37	0,00	0,78	4,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148	148	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			10,51	17,72	59,10	437,92
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60		1,00	6,11	4,85	78,77
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	9,23	6	0,18	0,01	0,38	2,33
КАРТОФЕЛЬ	21	12,6	0,24	0,05	1,99	9,41
СВЕКЛА	12	9	0,14	0,01	0,77	3,67
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,4	9	0,07	0,01	0,15	1,17
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	11,25	9	0,16	0,01	0,42	2,52
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,13	0,02	0,74	3,69
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,00	5,99	0,00	53,94
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ (КУРИНОМ)	250		37,03	40,75	8,49	548,69
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	219,78	200	35,31	35,70	0,00	461,72
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,87	0,05	2,28	13,58
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30		9,93	12,09	10,80	191,59
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00

МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ГОВЯДИНА Б/К	52,8	44,4	8,01	6,89	0,00	93,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,8	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		2,20	4,40	25,50	150,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	36	36	4,40	1,15	19,94	107,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116	116	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	23,23	92,89
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			55,78	63,94	109,39	1 235,80
Полдник						
ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	180		0,72	0,72	17,64	84,60
ЯБЛОКИ	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
			0,72	0,72	17,64	84,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,01	82,38	186,13	1 758,32

МЕНЮ

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 15

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		8,39	7,67	41,07	267,41
ПШЕНО	50,7	50,7	5,66	1,33	34,62	173,11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64	64	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96	96	2,70	2,33	4,47	50,28
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10		3,10	8,50	20,15	169,53
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,25	0,01	15,13	62,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135,1	135,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	8	7	0,06	0,01	0,20	2,31
			11,74	16,18	76,35	499,71
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОРЫ НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,66	0,12	2,28	14,40
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60,62	60	0,66	0,12	2,28	14,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		7,67	7,46	17,78	169,20
ГОВЯДИНА Б/К	38,7	28,5	5,14	4,42	0,00	60,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
КАРТОФЕЛЬ	166,67	100	1,94	0,39	15,81	74,69
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5	0,09	0,00	0,29	1,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,00	2,43	0,00	21,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЛОВ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	150/40		12,04	16,56	38,86	352,69
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	51	46,41	8,20	8,28	0,00	107,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8	8	0,00	7,75	0,00	69,76
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	8	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,10	0,00	0,37	1,98

КРУПА РИСОВАЯ	52,5	51,98	3,53	0,50	37,32	167,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,99	24,73	114,80	787,56
Полдник						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	28,21	112,83
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	24	24	0,00	0,00	18,53	74,13
САХАР ПЕСОК	10	10	0,00	0,00	9,68	38,70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0,00	0,00	0,00	0,00
			2,25	2,94	50,53	237,93
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39,98	43,85	241,68	1 525,20

МЕНЮ
ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		8,12	6,88	38,65	249,37
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	49,1	49,1	5,48	0,62	32,34	156,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,9	92,9	2,61	2,25	4,33	48,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ,СЫРОМ	40/10/10		4,39	11,04	15,13	177,95
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2,05	2,60	0,00	32,10
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,37	0,00	0,78	4,57
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,9	1,9	0,37	0,00	0,78	4,57
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	55,5	55,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148	148	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,88	17,92	54,56	431,89
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	40		0,32	0,04	0,68	5,20
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,32	0,04	0,68	5,20
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ (	250		5,79	5,39	19,20	148,84
ГОВЯДИНА Б/К	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,4	0,05	0,01	0,27	1,35
МОРКОВЬ	4,53	3,4	0,04	0,00	0,22	1,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ) С СОУСОМ	60/30		8,77	6,62	10,16	134,47
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	50,45	44,7	6,90	0,39	0,00	31,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,8	10,8	0,80	0,07	5,26	24,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6	0,00	0,00	0,00	0,00

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8	0,00	4,66	0,00	41,86
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8	0,00	1,75	0,00	15,69
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,02	1,22	5,83
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		3,10	5,40	20,30	141,00
КАРТОФЕЛЬ	213,33	128	2,48	0,49	20,23	95,60
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23	0,65	0,56	1,07	12,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			23,60	18,04	106,22	680,78
Полдник						
ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	200		0,70	0,70	17,25	82,72
ЯБЛОКИ	200	176	0,70	0,70	17,25	82,72
			0,70	0,70	17,25	82,72
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,18	36,66	178,03	1 195,39

МЕНЮ

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 17

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		5,60	6,93	31,69	211,97
КРУПА РИСОВАЯ	13,3	13,2	0,89	0,13	9,48	42,64
ПШЕНО	18,1	17,9	2,00	0,48	12,22	61,12
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,2	95,2	2,68	2,31	4,43	49,87
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	5,7	5,7	0,00	0,00	5,52	22,06
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ,СЫРОМ	40/10/10		5,26	11,10	19,55	199,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	2,96	0,24	19,47	91,89
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,25	2,86	0,00	35,31
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			11,06	18,13	66,24	471,73
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,90	2,97	5,45	52,67
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,82	0,05	2,15	12,86
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ (КУРИНОМ)	250		7,21	10,25	16,43	187,10
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30,9	28,12	4,97	5,01	0,00	64,92
КАРТОФЕЛЬ	125	75	1,46	0,29	11,86	56,02
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,46	0,06	3,25	15,28
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,07	0,01	0,40	1,99
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,12	0,02	0,25	1,89
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ЦЫПЛЯТА БРОЙЛЕРА)	80		16,51	14,21	0,00	194,21
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	126,4	91,01	16,51	14,21	0,00	194,21

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,64	4,67	35,94	208,41
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			35,88	32,69	113,70	893,66
Полдник						
кондитерское изделие	30		2,25	2,94	22,32	125,10
печенье сахарное мука высш.сорт	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
кофейный напиток	200		1,50	1,30	22,40	107,00
кофейный напиток	8	8	0,80	0,00	4,17	19,87
вода питьевая	172	172	0,00	0,00	0,00	0,00
сахар песок	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
молоко пастер. 2,5% жирности	50	50	1,41	1,21	2,33	26,19
			3,75	4,24	44,72	232,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,69	55,06	224,66	1 597,49

МЕНЮ

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОЛАДЬИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ,СГУЩЕННОЙ	150/5/10		8,17	13,60	47,94	346,85
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,70	0,82	5,38	31,82
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	57,7	57,7	6,04	0,73	39,12	186,94
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82	0,35	0,31	0,02	4,30
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,84	0,73	1,40	15,71
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,7	27,7	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ	1,7	1,7	0,21	0,03	0,04	1,27
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2	0,00	6,97	0,00	62,79
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			8,37	13,70	62,94	406,85
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОРЫ НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,66	0,12	2,28	14,40
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	60,62	60	0,66	0,12	2,28	14,40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ (КУРИНОМ)	250		6,69	10,21	8,49	153,24
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30,9	28,12	4,97	5,01	0,00	64,92
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	63	50	0,87	0,05	2,28	13,58
КАРТОФЕЛЬ	50	30	0,58	0,12	4,74	22,41
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	5,00	0,00	44,95
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/30		11,89	12,96	2,75	175,09
ГОВЯДИНА Б/К	75,2	63,2	11,41	9,81	0,00	133,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,00	3,10	0,00	27,91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,12	0,00	0,48	2,57
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,4	2,4	0,25	0,03	1,63	7,78
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		2,20	4,40	25,50	150,00
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	36	36	4,40	1,15	19,94	107,55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116	116	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,00	0,00	1,46	5,81

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,06	28,28	94,90	744,00
Полдник						
ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	180		0,61	0,61	15,05	72,22
ЯБЛОКИ	180	158,4	0,61	0,61	15,05	72,22
			0,61	0,61	15,05	72,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,04	42,59	172,89	1 223,07

МЕНЮ

ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		5,75	6,68	28,67	197,35
КРУПА МАННАЯ	29,68	29,68	2,97	0,29	20,32	94,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,52	64,52	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,07	98,07	2,75	2,38	4,57	51,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,77	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,87	3,87	0,00	0,00	3,74	14,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ,СЫРОМ	40/10/10		4,39	11,04	15,13	177,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2,05	2,60	0,00	32,10
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		0,25	0,01	15,13	62,77
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135,1	135,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
ЛИМОН	8	7	0,06	0,01	0,20	2,31
			10,39	17,73	58,93	438,07
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,48	0,06	1,50	8,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	60	0,48	0,06	1,50	8,40
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ (КУРИНОМ)	250		6,70	10,03	12,40	167,15
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30,9	28,12	4,97	5,01	0,00	64,92
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,35	0,02	0,91	5,43
СВЕКЛА	53,33	40	0,58	0,04	3,41	16,30
КАРТОФЕЛЬ	33,33	20	0,39	0,08	3,16	14,94
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,14	0,00	0,55	2,97
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	60/30		10,35	13,49	16,67	229,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,40	0,00	3,63
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	59,2	44,4	7,84	7,92	0,00	102,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ	10,8	10,8	0,89	0,09	10,30	45,61
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18	0,50	0,44	0,83	9,43
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6	0,77	0,00	3,58	17,39
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,00	3,49	0,00	31,39
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		3,70	4,53	38,80	210,71
КРУПА РИСОВАЯ	54	54	3,67	0,52	38,76	174,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			26,85	28,70	125,25	867,22
Полдник						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ЧОКО ПАЙ)	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
			3,25	3,14	42,52	211,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,49	49,57	226,70	1 516,39

МЕНЮ
ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		8,11	7,55	39,68	259,60
ПШЕНО	49	49	5,47	1,29	33,47	167,31
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,9	61,9	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,9	92,9	2,61	2,25	4,33	48,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9	0,00	0,00	1,84	7,35
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ,СЫРОМ	40/10/10		4,39	11,04	15,13	177,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,29	0,19	15,05	71,05
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09	2,05	2,60	0,00	32,10
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,00	0,00	12,77	51,09
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1	0,21	0,00	0,45	2,65
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,6	52,6	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135,1	135,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	13,2	13,2	0,00	0,00	12,77	51,09
			12,50	18,59	67,58	488,64
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,90	2,97	5,45	52,67
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	59,18	47,34	0,82	0,05	2,15	12,86
МОРКОВЬ	8	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,82	5,82	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3	3	0,00	0,00	2,90	11,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		8,20	7,73	15,35	162,55
ГОВЯДИНА Б/К	38,7	28,5	5,14	4,42	0,00	60,27
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5	0,04	0,01	0,20	1,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61	0,19	0,18	0,01	2,45
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,13	0,25	13,68	65,57
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	150		12,96	17,52	24,48	307,20
ГОВЯДИНА Б/К	56,4	48	8,66	7,45	0,00	101,50

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
КАРТОФЕЛЬ	232	139,2	2,70	0,54	22,01	103,96
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,2	10,8	0,15	0,02	0,86	4,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,6	3,6	0,47	0,00	2,14	10,44
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0,02	2,88	0,03	26,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ	40/40		5,62	0,59	36,52	173,86
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	23,23	92,89
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	24	24	0,00	0,00	23,23	92,89
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			27,68	28,81	105,03	789,17
Полдник						
ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ	180		1,62	0,54	22,68	103,68
БАНАН	180	108	1,62	0,54	22,68	103,68
			1,62	0,54	22,68	103,68
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,80	47,94	195,29	1 381,49

МЕНЮ
ПРИШКОЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ-2025 г.(дневной)

ДЕНЬ 21

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5		8,12	6,88	38,65	249,37
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	49,1	49,1	5,48	0,62	32,34	156,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62	0,00	0,00	0,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,9	92,9	2,61	2,25	4,33	48,66
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	2	2	0,00	0,00	1,94	7,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ0,СЫРОМ	40/10/10		5,35	11,36	20,15	204,84
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	10	2,25	2,86	0,00	35,31
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15		0,20	0,10	15,00	60,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,19	0,00	0,41	2,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	15	15	0,00	0,00	14,52	58,05
			13,67	18,34	73,80	514,21
Обед						
НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ОГУРЦЫ НОВОГО ГОДА УРОЖАЯ)	60		0,48	0,06	1,50	8,40
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60,62	60	0,48	0,06	1,50	8,40
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ (	250		5,79	5,39	19,20	148,84
ГОВЯДИНА Б/К	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,4	0,05	0,01	0,27	1,35
МОРКОВЬ	4,53	3,4	0,04	0,00	0,22	1,15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ	83,33	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	4,46	0,31	9,33	58,01
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МОРКОВЬ	13,33	10	0,13	0,01	0,67	3,40
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,00	4,85	0,00	43,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5		5,64	4,67	35,94	208,41
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,61	0,66	35,90	172,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,5	4,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	0,00	0,00	0,00	0,00
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ	60/30		8,49	13,50	10,16	196,07

ГОВЯДИНА Б/К	45	38	6,86	5,90	0,00	80,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,59	0,05	3,89	18,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,42	0,05	2,72	12,96
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0,01	1,13	0,01	10,16
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4	0,15	0,02	0,95	4,54
МОРКОВЬ	2,4	1,8	0,02	0,00	0,12	0,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6	0,01	0,00	0,05	0,24
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5	0,16	0,00	0,51	2,88
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5	0,00	0,49	0,00	4,37
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3	0,00	0,00	0,29	1,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ(РЖАНОЙ,ПШЕНИЧНЫЙ)	40/40		5,22	0,69	33,41	160,71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,65	0,35	16,96	81,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,57	0,34	16,45	79,13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200		0,00	0,00	19,36	77,41
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	20	20	0,00	0,00	19,36	77,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	210	210	0,00	0,00	0,00	0,00
			25,62	24,31	119,57	799,84
Полдник						
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	200		1,00	0,20	20,20	86,00
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,00	0,20	20,20	86,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ЧОКО ПАЙ)	30		2,25	2,94	22,32	125,10
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,25	2,94	22,32	125,10
			3,25	3,14	42,52	211,10
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,54	45,79	235,89	1 525,15



Киргизова Е.В.

Для
документов