

УТВЕРЖДАЮ:

ИИИ Мамаитов Х.Х.



СОГЛАСОВАНО:

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ПРИШКОЛЬНЫХ ЛЕТНИХ ЛАГЕРЕЙ
на 2024 год.(дневной)**

№	№ рецептур	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	№ рецептур	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.
1ый день					2 ой день			
Завтрак					Завтрак			
1		Яйца вареные вкрутую(куриные)	40		224	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/10	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1*3	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	
3	433	Какао с молоком	200		430	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого			
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250		106	Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курица)	250	
3	254	Сосиски отварные (соус)	80/20		283	Тефтели из говядины в соусе °	60/30	
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	150/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40			Хлеб(ржаной,пшеничный)	40/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого			Итого			
Полдник					Полдник			
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30					
		Итого			Итого			
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63
3 ий день					4 ый день			
Завтрак					Завтрак			
1	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5		189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	
						Кондитерское изделие в ассортименте	25	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1*3	Хлеб пшеничный	40	
3		Кефир 2,5 %	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого			Итого			
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	60		51	Винегрет овощной	60	
2	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250		84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250	
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/150		272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	60/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			Хлеб(ржаной,пшеничный)	40/40	
6					430	Чай с сахаром с конфетами	200/20	
		Итого			Итого			
Полдник					Полдник			
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30					
		Итого			Итого			
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63

5 ый день				6 ой день			
Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	184	Яйца вареные в крутую(куриные)	40	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	411	Кисель ягодный +витамин С	200	
Итого				Итого			
Обед				Обед			
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	60	21	Овещи натуральные (соленые)	40	
2	106	Суп картофельный с мясными фрикадельками(Говядина)	250/25	99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курица)	250	
3	311	Плов из куриных грудок	40/150	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	60/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80	
				402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
Итого				Итого			
Полдник				Полдник			
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30				
Итого				Итого			
Общий итог за день			207,63	Общий итог за день			207,63
7 ой день				8 ой день			
Завтрак				Завтрак			
1	175	Каша молочная из риса и пшеница с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи со сгущенкой	150/10	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	430	Чай с сахаром	185/15	
3	430	Чай с сахаром	185/15				
Итого				Итого			
Обед				Обед			
1	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	34	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	60	
2	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250	84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250	
3	307	Птица отварная (цыплята бройлерные)	80	259	Гуляш из говядины	40/30	
4	202	Макароньы отварные с маслом сливочным	150/5	270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5	
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		Хлеб(ржаной ,пшеничный)	40/40	
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
Итого				Итого			
Полдник				Полдник			
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30				
Итого				Итого			
Общий итог за день			207,63	Общий итог за день			207,63
9 ый день				10 ый день			
Завтрак				Завтрак			
1	189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	184	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	
2	433	Кофейный напиток с молоком	200		Хлеб(пшеничный)	40	
3		Хлеб пшеничный	40		Кондитерское изделие в ассортименте	25	
4				430	Чай с сахаром	185/15	
Итого				Итого			
Обед				Обед			

		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60		
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250		106	Суп с макаронными изделиями ,с фрикадельками(Говядина)	250/25		
3	314	Котлеты рубленые из птицы (цыпленок бройлера)с соусом	60/30		299	Запеканка картофельная с говядиной	150		
4	325	Рис отварной с маслом сливочным	150/5			Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		411	Кисель ягодный +витамин С	200		
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200						
		Итого				Итого			
		Полдник				Полдник			
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180		
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30						
		Итого				Итого			
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63	
11 ый день					12 ый день				
		Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	200/5		224	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/10		
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1	Кондитерское изделие в ассортименте	25		
3	433	Какао с молоком	200		430	Чай с сахаром	185/15		
		Итого				Итого			
		Обед				Обед			
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	60		45	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	60		
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250		106	Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курица)	250		
3	254	Сосиски отварные (соус)	80/20		283	Тефтели из говядины в соусе	60/30		
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	150/5		
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40			Хлеб(ржаной,пшеничный)	40/40		
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		
		Итого				Итого			
		Полдник				Полдник			
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180		
2		Кондитерское изделие	30						
		Итого				Итого			
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63	
13 ый день					14 ый день				
		Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5		189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5		
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10		1*3	Хлеб пшеничный	40		
						Кондитерское изделие в ассортименте	25		
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		
		Итого				Итого			
		Обед				Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60		51	Винегрет овощной	60		
2	96	Рассольник Ленинградский на курином бульоне(Курица)	250		84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250		
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/150		272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	60/30		
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5		

5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			Хлеб(ржаной,пшеничный)	40/40	
6					430	Чай с конфетами	200/20	
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63
		15 ый день				16 ый день		
		Завтрак				Завтрак		
1	184	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5		213	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	
						Кондитерское изделие в ассортименте	25	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10		1*3	Хлеб пшеничный	40	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7		411	Кисель ягодный +витамин С	200	
		Итого				Итого		
		Обед				Обед		
1		Нарезка овощная (помидоры нового года урожая)	60		21	Овощи натуральные (соленые)	40	
2	106	Суп картофельный с мясными фрикадельками(Говядина)	250/25		99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курица)	250	
3	311	Плов из куриных грудок	40/150		239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	60/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		335	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			Хлеб (ржаной,пшеничный)	80	
					402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63
		17 ый день				18 ый день		
		Завтрак				Завтрак		
1	175	Каша молочная из риса и пшеница с маслом сливочным	200/5		401	Оладьи со сгущенкой	150/10	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		430	Чай с сахаром	185/15	
3	430	Чай с сахаром	185/15					
		Итого				Итого		
		Обед				Обед		
	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60		34	Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	60	
1	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250		84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250	
2	307	Птица отварная (цыплята бройлерные)	80		259	Гуляш из говядины	40/30	
3	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40			Хлеб(ржаной ,пшеничный)	40/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		207,63		Общий итог за день		207,63
		19 ый день				20 ый день		
		Завтрак				Завтрак		
1	189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5		184	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	

	433	Какао с молоком	200			Хлеб пшеничный	40	
3		Хлеб пшеничный	40			Кондитерское изделие в ассортименте	25	
4					430	Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
		Обед				Обед		
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250		106	Суп с макаронными изделиями ,с фригательками(Говядина)	250/25	
3	314	Котлеты рубленые из птицы (цыплята бройлера)с соусом	60/30		299	Запеканка картофельная с говядиной	150	
4	325	Рис отварной с маслом сливочным	150/5			Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40	
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		411	Кисель ягодный +витамин С	200	
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200					
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день			207,63	Общий итог за день		207,63
		21 ый день						
		Завтрак						
1	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	200/5					
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10					
3	430	Чай с сахаром	185/15					
		Итого						
		Обед						
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60					
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250					
3	254	Сосиски отварные (соус)	80/20					
4	202	Макаронны отварные с маслом сливочным	150/5					
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40					
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200					
		Итого						
		Полдник						
1		Сок в ассортименте	200					
2		Кондитерское изделие(Чоко Пай)	30					
		Итого						
		Общий итог за день				207,63		
		Всего				4360,23		