

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

ИИ МАХМУТОВ

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЕТЯ ПРИШКОЛЬНЫХ ЛЕТНИХ ЛАГЕРЕЙ
на 2024 год. (трудоу)

№	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	
2 ой день									
Завтрак									
1		Яйца вареные вкрутую(куриные)	80		224	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/10		
2	1	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10			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)	100		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100		
2	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25		106	Суп лапша домашняя с курицей	250/25		
3	254	Сосиски отварные (соус)	80/20		283	Тефтели из говядины в соусе	60/30		
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	200/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	200/5		
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40			Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		
Итого					Итого				
Полдник									
Полдник									
1		Сок натуральный в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200		
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30						
Итого					Итого				
Общий итог за день				244,27	Общий итог за день				244,27
3 ий 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*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10			Хлеб пшеничный	40		
3		Кефир 2,5 %	200			Выпечка (слойка с маком)	100		
Итого					Итого				
Обед									
Обед									
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100		51	Винегрет овощной	100		
2	96	Рассольник Ленинградский с говядиной	250/25		84	Щи из свежей капусты с говядиной	250/25		
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/200		272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	70/30		
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		324	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5		
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		
6					430	Чай с конфетами	200/20		
Итого					Итого				
Полдник									
Полдник									
1		Сок натуральный в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200		
2		Кондитерское изделие	50						
Итого					Итого				

Общий итог за день		244,27		Общий итог за день		244,27	
5 ой день				6 ой день			
Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	213	Яйца вареные вкрутую (куриные)	80	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10		Хлеб пшеничный	40	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	411	Выпечка (шафран)	60	
		Итого			Кисель ягодный +витамин С	200	
Обед				Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100	21	Овощи натуральные (соленые)	40	
2	104	Суп картофельный мясными фрикадельками	250/25	99	Суп гороховый с говядиной	250/25	
3	311	Плов из куриных грудок	40/200	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	
		Итого		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
Полдник				Полдник			
1		Сок натуральный в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50				
		Итого					
Общий итог за день			244,27	Общий итог за день			244,27
7 ой день				8 ой день			
Завтрак				Завтрак			
1	175	Каша молочная из риса и пшеница с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи с маслом сливочным со сгущенкой	200/5/10	
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					
Обед				Обед			
1	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100	34	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	100	
2	96	Рассольник Ленинградский с говядиной	250/25	84	Щи из свежей капусты с говядиной	250/25	
3	307	Птица отварная (цыплята бройлерные)	100	259	Гуляш из говядины	40/40	
4	202	Макаронные отварные с маслом сливочным	200/5	324	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
5		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого					
Полдник				Полдник			
1		Сок натуральный в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50				
		Итого					
Общий итог за день			244,27	Общий итог за день			244,27
9 ой день				10 ой 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		Кофейный напиток с молоком	200			Хлеб(пшеничный)	40	
		Хлеб пшеничный	40			Выпечка (кекс столичный)	90	
		Итого			430	Чай с сахаром	185/15	
		Обед				Итого		
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100	
2	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25		106	Суп с макаронными изделиями с фрикадельками	250/25	
3	314	Котлеты рубленые из птицы (цыплята бройлера) с соусом	70/30		299	Запеканка картофельная с говядиной	170	
4	325	Рис отварной с маслом сливочным	200/5			Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		411	Кисель ягодный +витамин С	200	
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200					
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Сок натуральный в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		244,27		Итого		244,27
		11 ый день				Общий итог за день		244,27
		Завтрак				Завтрак		
1	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	200/5		224	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/10	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10			Выпечка (слойка с маком)	100	
3	433	Какао с молоком	200		430	Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
		Обед				Обед		
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100		45	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	85	
2	76	Борщ из свежей капусты с говядиной	250/25		106	Суп лапша домашняя с курицей	250/25	
3	254	Сосиски отварные (соус)	80/20		283	Тефтели из говядины в соусе	60/30	
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	200/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	200/5	
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40			Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Сок натуральный в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		244,27		Общий итог за день		244,27
		13 ый день				Общий итог за день		244,27
		Завтрак				Завтрак		
1	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5		189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10			Хлеб пшеничный	40	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7			Выпечка (булочка с глазурью)	100	

				402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100	51	Винегрет овощной	100	
2	96	Рассольник Ленинградский с говядиной	250/25	84	Щи из свежей капусты с говядиной	250/25	
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/200	272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	324	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	
6				430	Чай с конфетами	200/20	
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		
1		Сок натуральный в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		244,27	Общий итог за день		244,27
		15 ый день			16 ый день		
		Завтрак			Завтрак		
1	184	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	184	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	200/5	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10		Хлеб пшеничный	40	
3	430	Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	411	Выпечка (ватрушка с повидлом)	85	
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100	21	Овощи натуральные (соленые)	40	
2	104	Суп картофельный мясными фрикадельками	250/25	99	Суп гороховый с говядиной	250/25	
3	311	Плов из куриных грудок	40/200	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	
				402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		
1		Сок натуральный в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		244,27	Общий итог за день		244,27
		17 ый день			18 ый день		
		Завтрак			Завтрак		
1	175	Каша молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи с маслом сливочным со сгущенкой	200/5/10	
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)	100	34	Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100	

