



СОГЛАСОВАНО:

Врио директора: *Жан*
Жаппаров И.Н.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ПРИШКОЛЬНЫХ ЛЕТНИХ ЛАГЕРЕЙ
на 2025 год.(ТРУДОВОЙ)**

№	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.
1 ый день					2 ой день			
Завтрак					Завтрак			
1		Яйца вареные вкрутую(куриные)	80		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	431	Чайс сахаром и лимоном	185/15/7		431	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 на мясокостном бульоне(Говядина)	250		106	Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курица)	250	
3	314	Котлеты рубленые из птицы (цыпленка бройлера)с соусом	70/30		283	Тефтели из говядины в соусе	60/30	
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	200/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40			Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		432	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого				Итого		
Полдник					Полдник			
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		259,48		Общий итог за день		259,48
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	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3	431	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7		402	Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100		51	Винегрет овощной	100	
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	200/40		272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40	

				430	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30		Кефир 2,5	200	
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		259,48	Общий итог за день		259,48
5 ый день				6 ой день			
		Завтрак			Завтрак		
1	184	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5		184	Омлет натуральный	85
2	1	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10
3	432	Чай с сахаром с лимоном	185/15/7		411	Чай с сахаром	185/15
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100		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	200/40		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
					402	Компот из сухофруктов +витамин С	200
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		259,48	Общий итог за день		259,48
7 ой день				8 ой день			
		Завтрак			Завтрак		
1	175	Каша молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5		401	Оладьи 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	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	100
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)	100		259	Гуляш из говядины	40/40
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	200/5		270	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			Итого		
		Полдник			Полдник		

		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30					
		Итого				Итого		259,48
		Общий итог за день		259,48		Общий итог за день		
		9 ый день				10 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	
2		Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10			Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3	431	Чай с сахаром и лимном	185/15/7		431	Чай с сахаром и лимном	185/15/7	
		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 на мясокостном бульоне(Говядина)	250		106	Суп с макаронными изделиями ,с фрикадельками(Говядина)	250/25	
3	314	Котлеты рубленные из птицы (цыплята бройлера)с соусом	70/30		299	Запеканка картофельная с говядиной	200	
4	325	Рис отварной с маслом сливочным	200/5			Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40			Компот из сухофруктов +витамин С	200	
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200					
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1	432	Кофейный напиток	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30					
		Итого				Итого		259,48
		Общий итог за день		259,48		Общий итог за день		
		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			Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3	431	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7		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		Суп гороховый на мясокостном бульоне	250		106	Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курицца)	250	
3	307	Птица отварная (цыплята бройлерные)	100		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		

		Какао с молоком	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		259,48		Общий итог за день		259,48

13 ый день

Завтрак

1	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	
		Итого		

Обед

1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100	
2	96	Рассольник Ленинградский на курином бульоне(Курица)	250	
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	200/40	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
6				
		Итого		

Полдник

1		Сок в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30	
		Итого		
		Общий итог за день		259,48

15 ый день

Завтрак

1	184	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	
		Итого		

Обед

1		Нарезка овощная (помидоры нового года урожая)	60	
2	106	Суп картофельный с мясными фрикадельками(Говядина)	250/25	
3	311	Плов из куриных грудок	200/40	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого		

Полдник

1		Сок в ассортименте	200	
---	--	--------------------	-----	--

14 ый день

Завтрак

189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	
	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
402	Чай с сахаром	185/15	
	Итого		

Обед

51	Винегрет овощной	100	
84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне(Говядина)	250	
272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	70/30	
181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
	Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40	
430	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
	Итого		

Полдник

	Фрукты в ассортименте	200	
	Итого		
	Общий итог за день		259,48

16 ый день

Завтрак

213	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	
1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
411	Чай с сахаром	185/15	
	Итого		

Обед

21	Овощи натуральные (соленые)	40	
99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курица)	250	
239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	70/30	
335	Пюре картофельное с маслом сливочным	200/5	
	Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
	Итого		

Полдник

	Фрукты в ассортименте	200	
--	-----------------------	-----	--

		Кондитерское изделие(Печенье)	50					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		259,48		Общий итог за день		259,48
		17 ый день				18 ый день		
		Завтрак				Завтрак		
1	175	Каша молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5		401	Оладьи 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		
	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100		34	Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100	
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)	100		259	Гуляш из говядины	40/30	
3	202	Макароны отварные с маслом сливочным	200/5		270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40			Хлеб(ржаной ,пшеничный)	80/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого				Итого		
		Полдник				Полдник		
1		Кофейный напиток	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		259,48		Общий итог за день		259,48
		Всего		4670,64				