

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

№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.
1ый день				2 ой день			
Завтрак				Завтрак			
1	Яичница вкрутую(куриные)	80		224	Запеканка творожная со стуженным 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 говяжьей	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						
	Общий итог за день		244,27		Итого		
3 ий день				4ый 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			Кондитерское изделие в ассортименте	50	
	Итого				Компот из сухофруктов +витамин С	200	
Обед				Обед			
1	Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100		51	Винегрет овощной	100	
2	96 Рассольник Ленинградский с говяжьей	250/25		84	Щи из свежей капусты с говяжьей	250/25	
3	258 Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/200		272	Котлеты рубленные 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 ый день				6 ой день			
Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	213	Яйца варенные вкрутую (куриные)	80	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10		Хлеб пшеничный	40	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	411	Кондитерское изделие в ассортименте	50	
		Итого			Кисель ягодный + витамин С	200	
Обед				Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы, грунтовые нового года, укроп)	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 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					
Обед				Обед			
1	45	Салат из белокачанной капусты (нового года, укроп)	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 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	432	Кофейный напиток с молоком	200			Хлеб (пшеничный)	40
3		Хлеб пшеничный	40			Кондитерское изделие в ассортименте	50
4					430	Чай с сахаром	185/15
		<b>Итого</b>				<b>Итого</b>	
		<b>Обед</b>				<b>Обед</b>	
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				
		<b>Итого</b>				<b>Итого</b>	
		<b>Полдник</b>				<b>Полдник</b>	
1		Сок натуральный в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30				
		<b>Итого</b>				<b>Итого</b>	
		<b>Общий итог за день</b>			244,27	<b>Общий итог за день</b>	244,27
		<b>11ый день</b>				<b>12ый день</b>	
		<b>Завтрак</b>				<b>Завтрак</b>	
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			Кондитерское изделие в ассортименте	50
3	433	Какао с молоком	200		430	Чай с сахаром	185/15
		<b>Итого</b>				<b>Итого</b>	
		<b>Обед</b>				<b>Обед</b>	
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	Макаронны 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
		<b>Итого</b>				<b>Итого</b>	
		<b>Полдник</b>				<b>Полдник</b>	
1		Сок натуральный в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200
2		Кондитерское изделие	50				
		<b>Итого</b>				<b>Итого</b>	
		<b>Общий итог за день</b>			244,27	<b>Общий итог за день</b>	244,27
		<b>13ый день</b>				<b>14ый день</b>	
		<b>Завтрак</b>				<b>Завтрак</b>	
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			Кондитерское изделие в ассортименте	50

				402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		<b>Итого</b>			<b>Итого</b>		
		<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
1		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 рубленные 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	
		<b>Итого</b>			<b>Итого</b>		
		<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
1		Сок натуральный в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50				
		<b>Итого</b>			<b>Итого</b>		
		<b>Общий итог за день</b>		244,27	<b>Общий итог за день</b>		244,27
		<b>15 ый день</b>			<b>16 ый день</b>		
		<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>		
1	184	Каша пшеничная 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	Кондитерское изделие в ассортименте	50	
		<b>Итого</b>			Кисель ягодный + витамин С	200	
		<b>Обед</b>			<b>Итого</b>		
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100	21	Овощи натуральные (соленые)	40	
2	104	Суп картофельный мясным 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	
		<b>Итого</b>		402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		<b>Полдник</b>			<b>Итого</b>		
1		Сок натуральный в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	50				
		<b>Итого</b>			<b>Итого</b>		
		<b>Общий итог за день</b>		244,27	<b>Общий итог за день</b>		244,27
		<b>17 ый день</b>			<b>18 ый день</b>		
		<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>		
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				
		<b>Итого</b>			<b>Итого</b>		
		<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
1	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100	34	Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100	

