

"Согласовано"

Директор Общеобразовательного учреждения



"Утверждаю"

Заместитель генерального директора по организации питания
АО "Департамент продовольствия и социального питания Казани"

И.В. Шмурманова И.В. Агапова



Акционерное общество "Департамент продовольствия и социального питания г.Казани"

Меню в оздоровительных (пришкольных) лагерях дневного пребывания в смену

г. Казани СТАРШИЕ

с 30 мая по 3 июня, с 13 по 17 июня, с 27 по 28 июня 2022г

1 неделя	Понедельник						
№ Сбор.	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
рецептур	Завтрак 1						
338/2015	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,8	38
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	190,9
175/2015	Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с	200/5		18,21	22,4	32,2	290
ТТК 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,14	34
	Хлеб пшеничный (белый)	25		1,88	0,73	12,85	66
	Завтрак 2						
7071/2004	Сок фруктовый (разливной) в ассортименте(виноград)	200		1	0,2	32,2	140
	Итого:			24,67	26,18	112,7	758,9
	Обед						
45/2015	Салат из белокочанной капусты	100		1,55	5,1	9,41	91
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		4,36	7,71	16,5	153,4
ТТК 2021	Шашлычок из куриных грудок с соусом Переменка	90/10		17,60	15,40	1,06	260,3
202/2015	Макаронные изделия отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	75,08	384
349/2015	Компот из смеси сухофруктов	200		0,44	0,02	33,26	149
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный 1с	20		1,52	0,16	9,84	47
	Итого:			33,19	34,69	154,15	1129
	ВСЕГО:		158,39	57,9	60,9	266,8	1 888
	Вторник						
№ Сбор.	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
рецептур	Завтрак 1						
338/2015	Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
15/2015	Сыр (порциями)	15		2,95	6,33		83
173/2015	Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом	200/5		18,27	17,8	47,08	358
ТТК 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,005	7,99	32
	Хлеб пшеничный (белый)	25		1,88	0,73	12,85	66
	Итого:			23,52	25,27	100,72	711
	Обед						
20/2015	Салат из свежих огурцов с маслом растит.	100		0,65	6,1	1,81	98,3
103/2015	Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,04	27,12	156,2
260/2015	Гуляш из говядины	50/50		22,82	19,9	11,80	322,2
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,6	56,1	226,5
699//2004	Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный 1с	20		1,52	0,16	9,84	47
	Итого:			32,93	35,00	140,10	995
	ВСЕГО:		158,39	56,5	60,3	240,8	1 706

Среда							
№ Сбор.	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
рецептур Завтрак 1							
674/2004	Яблоки печёные	120		0,51	0,51	14,42	133,1
14/2015	Масло сливочное порциями	10		0,08	5,35	0,08	66
Таб 4/302/2004	Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	200/5		19,6	18,6	62,44	376,7
ТТК 2021	Чай с молоком сахаром	200/8		1,52	0,76	10,3	69
	Хлеб пшеничный (белый)	25		1,88	0,73	12,85	66
	Итого:			23,59	25,95	100,09	711

Обед							
23/2015	Салат из свежих помидоров с маслом растит.	100		1,03	6,184	3,61	77
82/2015	Борщ со св. капустой, картофелем, со сметаной	250/10		4,86	7,64	22,60	187,8
ТТК 2019г	Горбуша (филе) по-Московски	80/20		19,9	15,3	7,7	293
304/2015	Рис отварной	180		4,60	6,5	67,2	304,8
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,012		32,78	124
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный 1с	20		1,52	0,16	9,84	47
	Итого:			32,92	35,98	152,73	1078
	ВСЕГО:		158,39	56,51	61,93	252,82	1 788

Четверг							
№ Сбор.	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
рецептур Завтрак 1							
15/2015	Сыр (порциями)	15		3,95	3,99		83
173/2015	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	200/5		12,8	16,7	35,8	298,7
ТТК 2018г	Блинчики со сгущённым молоком	2шт/90/20		6,3	4,84	23,3	221
ТТК 2021г	Чай с сахаром	200/8		0,02	0,005	7,99	32
	Хлеб пшеничный (белый)	25		1,88	0,73	12,85	66
Завтрак 2							
707/2004	Сок фруктовый (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
	Итого:			25,95	26,47	100,1	792,7

Обед							
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100		0,7	0,1	1,90	11
243/1983	Суп гороховый с гренками, фрикадельками из птицы	250/10/11		15,1	11,84	49,3	266,8
ТТК 2019г	Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		17,10	23,5	57,23	511
ТТК 2021г	Компот из замороженных ягод ассортименте	200		0,12	0,03	23,57	115
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный 1с	20		1,52	0,16	9,84	47
	Итого:			35,54	35,80	150,84	995
	ВСЕГО:		158,39	61,49	62,27	250,98	1 788

Пятница							
№ Сбор.	Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
рецептур Завтрак 1							
338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
14/2015	Масло сливочное порциями	10		0,08	5,35	0,08	66
173/2015	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	200/5		16,1	16,9	40,1	340
382/2015	Какао с молоком	200		3,97	2,1	25,16	165
	Хлеб пшеничный (белый)	25		1,88	0,73	12,85	66
	Итого:			22,51	25,56	89,95	693

12

Завтрак 2						
707/2004	Сок фруктовый (разливной) в ассортименте	200	1	0,2	20,2	92
	Итого:		23,51	25,76	110,15	785,00
Обед						
71/2015	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,80	23,3
99/2015г	Суп из овощей с мясными фрикадельками (п/ф), со сметаной	250/11/5	5,36	10,64	11,43	176,2
ТТК 2021 г	Тефтели куриные "Лакомка" в томатном соусе	60/40	17,64	17,98	18,3	320
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,92	6,5	65,8	308,4
348/2015	Компот из сушёных ягод (урюк)	200	1	0,08	22,56	128
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		35,54	35,76	140,75	1047
	ВСЕГО:	158,39	59,05	61,52	250,90	1 832

Начальник отдела по организации питания
Зав.производством
Калькулятор

