

Согласовано



Утверждено

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

СЛУЖБА
ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях в пришкольных лагерях с дневным пребыванием

Вид меню: Летний пришкольный лагерь от 7 до 11 лет 2024 год

Стоимость питания - 200,30 руб.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	1-я неделя / 1. понедельник - 27.05.2024, 10.06.2024, 24.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, сосиска для детского питания отварная, 150/5/53	№510 табл.4 с6.2004, №413 с6. 2004	208	337	10	19	32
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№139 с6.2004	200	114	4	4	18
2	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20	ТТК №286, ТТК №362	100	205	12	11	12
3	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 150/30	№510 табл.4 с6.2004, табл. №24 с6. 1996	180	161	5	6	23
4	Компот из кураги и чернослива	ТТК №507С	200	104	1	0	26
5	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
	Полдник						
1	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
2	Пицца детская с курицей	ТТК №35	100	254	12	11	28
	Итого		1485	1459	48	51	196
	1-я неделя / 2. вторник - 28.05.2024, 11.06.2024, 25.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	№510 табл.4 с6.2004	155	203	6	8	26
2	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
4	Изделие слоеное Круассан с начинкой, 1 шт		27	90	1	6	14
	Обед						
1	Суп картофельный Гречишное зернышко	№138 с6.2004	200	83	2	2	15
2	Гуляш из говядины, 50/50	№437 с6. 2004	100	191	15	13	3
3	Макаронные изделия отварные	№309 с6.2017	150	187	5	5	32
4	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
5	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
6	Батончик МилкиВей, 1 шт		26	144	3	9	13
	Полдник						
1	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
2	Булочка Творожная	№786 с6.2004	50	162	6	4	24
	Итого		1400	1395	41	49	198
	1-я неделя / 3. среда - 29.05.2024, 12.06.2024, 26.06.2024						
	Завтрак						
1	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
2	Манник домашний с повидлом, 100/20	ТТК №161	120	394	6	12	65
3	Десерт фруктовый (банан)		220	211	3	1	46
	Обед						
1	Суп куллама по-деревенски	стр.48-49 с6.1997	200	82	2	2	14
2	Толченики (1 вариант)	ТТК №158	90	457	84	54	7
3	Пюре картофельное	№520 с6.2004	150	146	3	5	18
4	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	54	1	0	14
5	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
	Полдник						
1	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	132	1	0	34
2	Корж Молочный, 1 шт		65	248	4	7	42
	Итого		1507	1874	106	83	269

Стоимость питания - 200,30 руб.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	1-я неделя / 4. четверг - 30.05.2024, 13.06.2024, 27.06.2024						
	Завтрак						
1	Бутерброд с сыром (батон), 35/15	ТТК №600С	50	146	6	5	18
2	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	№510 табл.4 с6.2004	155	216	6	7	33
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
	Обед						
1	Рассольник Ленинградский со сметаной (крупя перловая)	№132 с6.2004	200	107	2	5	16
2	Биточки Дружба со сметанным соусом, 80/20	ТТК №335, №600С с6.2004	100	234	12	15	13
3	Каша гречневая рассыпчатая	№508 табл.4 с6.2004	150	266	9	7	42
4	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
5	Хлеб (порциями) Целебный	№1 с6.2004	30	66	2	0	15
6	Мороженое, 1 шт		70	162	3	11	14
	Полдник						
1	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	78	0	0	19
2	Перемяч печёный с фаршем из говядины	ТТК №30	80	166	8	6	21
	Итого		1450	1575	48	54	226
	1-я неделя / 5. пятница - 31.05.2024, 14.06.2024, 28.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 150/5	ТТК №84	155	202	5	7	30
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
4	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт		40	144	2	2	29
	Обед						
1	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	№110 с6.2004	200	88	1	4	8
2	Плов из филе цыплат (50/170) с доп.гарниром овощи свежие (помидоры) порционно. 220/35	№492 с6.2004, табл. №24 с6.1996	255	359	16	15	46
3	Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	ТТК №515С	217	55	0	0	14
4	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
5	Десерт фруктовый (апельсин)		220	88	2	0	18
	Полдник						
1	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
2	Ватрушка с повидлом	№741 с6.2004	75	219	5	2	45
	Итого		1647	1420	35	32	244
	1-я неделя / 6. суббота - 01.06.2024, 15.06.2024, 29.06.2024						
	Завтрак						
1	Макаронные изделия отварные, сыр твердый порционно, 150/20	№309 с6.2017, №97 с6.2004	170	189	5	5	32
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	35	87	3	1	17
	Обед						
1	Суп картофельный Рисовое зернышко	№138 с6.2004	200	83	2	2	16
2	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	№413 с6.2004, ТТК №362	100	189	8	17	1
3	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004	150	158	5	6	22
4	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
5	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
	Полдник						
1	Сок 0,2 в ассортименте		200	76	1	0	18
2	Изделие слоеное Каприз, 1 шт		50	195	3	9	26
	Итого		1372	1186	28	40	176
	2-я неделя / 1. понедельник - 03.06.2024, 17.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша ячневая вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	№510 табл.4 с6.2004	155	197	5	7	29
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
4	Печенье Домашнее, 1 шт		37	171	3	7	23
	Обед						
1	Суп картофельный с горохом	№139 с6.2004	200	114	4	4	18
2	Котлеты Крепыш с соусом красным основным, 75/25	ТТК №336, ТТК №362	100	227	13	14	11
3	Рис отварной с овощным миксом	ТТК №300С	150	190	3	5	31
4	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
5	Хлеб (порциями) Целебный	№1 с6.2004	30	66	2	0	15
	Полдник						
1	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	132	1	0	34
2	Треугольник с фаршем из мяса говядины	ТТК №394	100	246	9	11	27
	Итого		1434	1517	42	50	228

Стоимость питания - 200,30 руб.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 2. вторник - 04.06.2024, 18.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	№510 табл.4 с6.2004	155	219	7	8	31
2	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
4	Манник домашний с повидлом, 100/20	ТТК №161	120	394	6	12	65
	Обед						
1	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	№124 с6.2004	200	77	1	4	6
2	Запеканка картофельная с мясом с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 250/20	ТТК №361, табл. №24 с6. 1996	270	336	15	13	37
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	68	0	0	17
4	Хлеб (порциями) Целебный	№1 с6.2004	30	66	2	0	15
5	Десерт фруктовый (яблоко)		150	70	1	1	15
	Полдник						
1	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
2	Хачапури с сыром Школьное	ТТК №284	90	254	9	10	31
	Итого		1670	1656	44	49	256
	2-я неделя / 3. среда - 05.06.2024, 19.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	№510 табл.4 с6.2004	155	203	6	8	26
2	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	77	0	0	19
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
4	Печенье бисквитное Лотте Чокопай, 1 шт		28	123	1	5	18
	Обед						
1	Рассольник Ленинградский со сметаной (крупа перловая)	№132 с6.2004	200	107	2	5	16
2	Гуляш из филе птицы, 50/50	№437 с6.2004	100	211	13	16	4
3	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004	150	158	5	6	22
4	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
5	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
6	Десерт фруктовый (апельсин)		220	88	2	0	18
	Полдник						
1	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
2	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт		50	227	2	14	32
	Итого		1595	1461	35	55	208
	2-я неделя / 4. четверг - 06.06.2024, 20.06.2024						
	Завтрак						
1	Макаронные изделия отварные, сосиски для детского питания отварные, 150/53	№309 с6.2017, №413 с6.2004	203	312	11	17	33
2	Напиток лимонный	ТТК №511С	200	65	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
	Обед						
1	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	№110 с6.2004	200	88	1	4	8
2	Ёжики из говядины	ТТК №275	100	256	14	18	9
3	Пюре картофельное	№520 с6.2004	150	146	3	5	18
4	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
5	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
	Полдник						
1	Нектар в ассортименте	ТТК №500С	200	132	1	0	34
2	Сосиска в тесте, 53/50	№747 с6.2004	103	259	9	16	21
	Итого		1438	1485	43	62	182
	2-я неделя / 5. пятница - 07.06.2024, 21.06.2024						
	Завтрак						
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо отварное, 150/5/48	№510 табл.4 с6.2004, №337 с6.2004	203	289	12	13	33
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004	215	57	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	30	75	2	1	14
	Обед						
1	Суп картофельный с лапшой по-домашнему	№140 с6.2004	200	95	2	2	13
2	Цыплята запеченные (голень) (со сметаной)	ТТК №336	100	303	25	20	1
3	Рис отварной	№304 с6. 2017	150	212	4	6	34
4	Компот из кураги и чернослива	ТТК №507С	200	104	1	0	26
5	Хлеб (порциями) Целебный	№1 с6.2004	30	66	2	0	15
	Полдник						
1	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
2	Рогалик с вареной сгущенкой	ТТК №176	75	289	7	9	44
	Итого		1413	1530	55	50	206

Стоимость питания - 200,30 руб.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
					Белки	Жиры	Углеводы
	2-я неделя / 6. суббота - 08.06.2024, 22.06.2024						
	Завтрак						
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон), 30/15	ТТК №600С	45	180	2	12	16
2	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 150/5	ТТК №84	155	202	5	7	30
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004	222	59	0	0	15
	Обед						
1	Суп картофельный Гречишное зернышко	№138 с6. 2004	200	83	2	2	15
2	Пельмени отварные с маслом сливочным, 200/10	№715, №718 с6.2004	210	388	20	16	40
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	40	0	0	10
4	Хлеб (порциями) Сельский	№1 с6.2004	30	93	2	0	14
	Полдник						
1	Сок 0,2 в ассортименте		200	76	1	0	18
2	Вафли неглазированные Белек, 1 шт		20	99	1	5	9
3	Пюре фруктовое Яблоко с трубочкой, 1 шт		125	45	0	0	11
	Итого		1417	1265	34	42	177
	ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ			Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
	ВСЕГО			17 823	558,07	617,69	2566,22

Заведующий производством

расшифровка подписи