

Утверждаю

ИП Глухов

Согласовано

Начальник ОМ БОШН

г.Лермонтов

Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 27 июня 2025г

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
Завтрак							
№ 207	Макароны запеченные с сыром	150/30	36,14	8,29	7,94	45,47	287,23
б/и	Мороженное	90	45,00	2,88	7,56	13,49	133,55
№338	Яблоко сезонное калиброванное	120	18,48	0,42	0,42	10,35	49,63
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,35	0,16	0,01	14,92	61,56
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		642	106,20	13,97	16,11	83,20	596,89
Обед							
№ 101	Суп из овощей	250	12,51	3,00	4,20	10,20	91,00
№71	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№ 283	Тефтели из говядины с соусом красным основным	90/50	54,82	13,35	15,60	9,90	234,00
№323	Гречка отварная рассыпчатая	150	15,55	3,60	4,60	37,70	206,00
№402	Компот из сухофруктов	200	6,85	0,60	0,10	31,70	131,00
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		860	107,32	25,18	24,93	117,93	798,64
итого за день:		1502	213,52	39,15	41,04	201,13	1395,53

ИП Глухов

Начальник ЦОД СОШ №2

г. Ленинград

на 30 июня 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена,	Пищевые в-ва, г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
Завтрак							
№312	Каша молочная из манной крупы	200/5	18,28	5,68	10,21	30,25	235,3
№ 338	Пряники	50	20,00	3,3	1,1	46,2	181,5
№ 14	Масло сливочное	10	9,80	0,1	8,3	0,1	75,00
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		680	52,61	3,58	7,94	36,91	619,94
Обед							
№ 112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	9,00	3,90	2,80	20,00	121,00
№ 71	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№291	Плов из птицы	90/150	71,66	28,68	21,95	44,38	490,2
№376	Чай с с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		825	100,56	37,31	25,18	107,53	807,10
Итого за день:		1505	153,17	40,89	33,12	144,44	1456,74

Утверждаю

ИП Глухов



Согласовано

И.В. Глухов

И.В. Глухов



Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 01 июля 2025г

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г				Энерг. Ценность,кка л
				Б	Ж	У	К	

Завтрак

№ 224	Омлет натуральный с маслом сливочным и горошком	150/30	58,11	23,4	20,5	34,2	325,2
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	18,48	0,42	0,42	10,35	49,63
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,35	0,16	0,01	14,92	61,56
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		552	83,17	29,58	32,61	62,73	505,31

Обед

№ 82	Борщ с капустой и сметаной	250/5	14,91	1,92	5,75	12,41	112,12
№71	Помидоры свежие	60	13,13	0,66	0,12	2,29	14,46
№ 235	Котлета из рыбы (минтай)	90	37,32	7,5	6,22	8,2	119,0
№312	Картофельное пюре	150	22,43	3,09	17,07	20,97	250,3
№388	Напиток из шиповника	200	9,52	0,66	0,27	28,73	132,51
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		815	101,76	17,98	29,86	99,54	756,72
Итого за день:		1367	184,93	47,56	62,47	162,27	1261,97



Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 03 июля 2025г

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,кка л
				Б	Ж	У	
Завтрак							
№299/37 1	Запеканка картофельная с мясом с сметанным соусом	140/50	110,28	13,66	19,52	27,68	341,20
№ 71	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№376	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,35	0,16	0,01	14,92	61,56
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		502	129,99	18,54	19,74	42,50	480,05
ОБЕД							
№ 106	Суп лапша по домашнему	250	7,70	2,9	4,8	14,4	112,9
№295	Котлета рубленая из птицы (грудка)	90	48,20	16,74	12,78	15,30	243,00
№302	Макароны отварные	150	8,93	3,60	4,60	37,70	206,00
№349	Компот из свежих яблок	200	10,09	0,16	0,16	26,99	110,94
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
итого обед:		810	79,37	27,56	22,80	121,37	801,13
итого за день:		1312	209,35	46,10	42,54	163,87	1281,18

Утверждаю

ИП Глухов



Согласовано

Начальник МОУ СОШ №1

г.Лермонтов



Меню питания детей в летнем

на 04 июля 2025г

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,кка л
				Б	Ж	У	К
Завтрак							
№397	Блины со стуженным молоком	140/20	42,56	7,56	4,23	42,96	239,78
№338	Сок фруктовый в и/уп	200	25,00	0,42	0,42	10,35	49,63
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		525	72,10	8,20	6,66	48,70	417,58
		ОБЕД					
№84	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	14,31	2,8	4,1	7,6	80
№71	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№268	Шницель из говядины	90	59,45	13,5	13,86	11,34	225
№203	Гречка отварная рассычатая	150	15,55	5,43	4,66	30,94	188,18
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		830	109,19	26,46	23,05	93,03	689,07
Итого за день:		1355	181,29	34,66	29,71	141,73	1106,65

ИП Глухов

Согласовано: _____
Начальник ЛОД СОИЗ

THE UNIVERSITY OF

на 07 июля 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена,	Пищевые в-ва, г			Энерг. Ценность, ккал
				Б	Ж	У	
Завтрак							
№173	Каша вязкая молочная из крупы овсяной	200/5	21,91	8	10,19	33,15	256,7
№ 15	Сыр Российский	20	13,44	4,62	5,96	0,00	73,0
№14	Масло сливочное	10	9,80	0,1	8,3	0,1	75,00
х/к	Вафли в инд. упаковке	20	12,60	0,56	0,66	15,46	70,8
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		500	62,29	8,21	20,73	46,05	603,67
				ОБЕД			
№ 102	Суп картофельный с горохом	250	10,08	4,5	6,4	18,6	141
№70	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№293	Плов из птицы	90/150	71,66	28,68	21,95	44,38	490,2
№349	Компот из сухофруктов	200	6,85	0,60	0,10	31,70	131,00
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		810	106,18	38,41	28,88	123,11	898,85
Итого за день:		1310	168,47	46,62	49,61	169,16	1502,52



Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 08 июля 2025г

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,кка л
				Б	Ж	У	
Завтрак							
№ 222	Пудинг из творога с повидлом	120/30	79,62	18,00	12,00	28,20	292,80
№338	Яблоко сезонное калиброванное	120	18,48	0,42	0,42	10,35	49,63
№378	Напиток кофейный с молоком	200	17,04	1,50	1,30	22,40	107,00
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		500	117,37	43,48	36,97	63,30	518,35
ОБЕД							
№113	Борщ с фасолью и сметаной	250/5	15,27	4,6	4,3	15,1	118
№71	Помидоры свежие	60	13,13	0,66	0,12	2,29	14,46
№ 235	Биточки из рыбы	90	37,32	7,5	6,22	8,2	119,0
№304	Пюре картофельное	150	22,43	3,09	17,07	20,97	250,3
№342	Компот из свежих яблок	200	10,09	0,16	0,16	26,99	110,94
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		815	102,68	20,16	28,30	100,49	740,97
Итого за день:		1315	220,05	63,64	65,27	163,79	1259,32



Меню питания детей в летнем

на 09 июля 2025г

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,кка л
				Б	Ж	У	
Завтрак							
№188	Каша жидкая молочная "Дружба"	200/5	21,77	8,2	10	26,8	224,0
№14	Масло сливочное	10	9,80	0,1	8,3	0,1	75,00
№338	Пряники	50	20,00	3,3	1,1	46,2	211,2
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		680	56,11	8,33	10,08	49,80	638,37
			ОБЕД				
№101	Суп с крупой рисовой	250	11,20	3,7	2,8	19,6	119
№71	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№268	Котлета рубленая из птицы(грудка)	90	48,20	16,74	12,78	15,30	243,00
№203	Макаронь отварные с маслом	150	8,91	5,43	4,66	30,94	188,18
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано- пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		825	88,21	30,60	20,67	108,99	746,07
Итого за день:		1505	144,32	38,93	30,75	158,79	1384,44



Согласовано
Начальник ПОЛ СОШ №

г. Лермонтов



Меню питания детей в летнем

на 10 июля 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена, руб	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,ккал
				Б	Ж	У	К
Завтрак							
№ 210	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	55,37	14	27,04	2,65	310,17
№71	Икра кабачковая консервир.	60	10,68	1,14	5,34	4,62	71,4
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	18,48	0,42	0,42	10,35	49,63
№376	Чай с лимоном	200/15/7	4,35	0,16	0,01	14,92	61,56
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого завтрак:		582	91,11	1,73	0,38	25,40	561,68
			ОБЕД				
№112	Суп с макаронными изделиями	250	9,00	3,90	2,80	20,00	121,00
№71	Огурцы свежие	60	13,13	0,48	0,00	1,49	8,37
№308	Птица тушеная с овощами	90/150	87,20	24,88	19,04	18,77	346,1
№376	Чай с сахаром	200/15	2,31	0,10	0,00	14,72	59,25
х/к	Хлеб пшеничный	30	2,23	2,22	0,18	14,60	68,92
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	2,23	1,93	0,25	12,34	59,35
Итого обед:		690	116,10	33,51	22,27	81,92	663,00
Итого за день:		1272	207,21	35,24	22,65	107,32	1224,68