

Директор

« 2024-2025 гг.



Директор

И.А. Семёнов

2024-2025гг.



Примерное
10-дневное меню
для обеспечения питанием
при организации отдыха и
оздоровления детей в лагере с дневным
пребыванием (лето)
(возрастная группа 7-11 лет)

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25 г.г. летний период

Отд./корп

День

4.четверг

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-12м	Плов с курицей	240,00		378,00	32,00	10,00	39,00
	кисломол	54-19з	Масло сливочн. (порциями)	10,00		66,00	0,00	7,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00		103,00	2,00	0,00	20,00
	напиток	388	Напиток из шиповника	200,00		99,00	0,00	0,00	23,00
Завтрак 2				500,00		646,00			
Обед	закуска	54-2з	Огурец в нарезке	60,00		9,00	0,00	0,00	2,00
	гор.блюдо	54-2с	Борщ с кап.и карт.со смет.	200,00		126,00	2,00	4,00	10,00
	гор.блюдо	54-12р	Рыба запеч с сыр(минтай)	100,00		176,00	17,00	11,00	42,00
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпч.	200,00		322,00	11,00	8,00	48,00
	напиток	638	Компот из кураги	200,00		126,00	0,00	0,00	32,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
				810,00		862,00			
						1508,00			

С 29.05.25г. - 04.06.25г.

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25г.г.летний период

Отд./корп

День

5.пятница

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	223	200\40		542,00	15,00	11,00	17,00
	кисломол	54-193						
	напиток	685	10,00		66,00	0,00	7,00	0,00
	хлеб.		200,00		60,00	0,00	0,00	12,00
	кондит.		60,00		64,00	3,00	0,00	20,00
Завтрак 2			28,00		20,00			
			538,00		742,00			
Обед	закуска	54-163						
	гор.блюдо	88	60,00		74,00	1,00	5,00	4,00
	гарнир	171	200,00		160,00	2,00	6,00	14,00
	гор.блюдо	294	180,00		182,00	4,00	7,00	25,00
	напиток		90\10		184\66	12,00	10,00	15,00
	хлеб бел.		200,00		88,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб черн.		30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
			20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
			790,00		857,00			
					1599,00			

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25 г. летний период

Отд./корп

День

6.понед.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150,00		234,00	8,00	6,00	36,00
	гор.блюдо	293	Птица запечен.	90,00		188,00	12,00	9,00	15,00
	напиток		Сок фруктовый	200,00		88,00	0,00	0,00	22,00
	хлеб		Хлеб пшеничный\ржаной	50,00		103,00	3,00	0,00	20,00
	кондит		Кондит.изд-ие	15,00		20,00	0,00	0,00	10,00
Завтрак 2				505,00		633,00			
Обед	закуска	64-2з	Огурец в нарезке	60,00		9,00	0,00	0,00	2,00
	гор.блюдо	54-25с	Суп гороховый	200,00		134,00	7,00	3,00	15,00
	гор.блюдо	268	Котлета рубленая мясная\масл	90\10		183\66	10,00	9,00	14,00
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	180,00		248,00	6,00	6,00	40,00
	напиток	379	Кофейный напиток	200,00		159,00	3,00	3,00	29,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
				790,00		902,00			
						1535,00			

Школа

МАУ-КШП 7-11лет. 2024-25г. летний период

Отд./корп

День

7. вторник

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол.из пш.кр.	200,00		274,00	2,00	2,00	26,00
	кисломол.	54-193	Масло сливочн.(порциями)	20,00		132,00	0,00	14,00	0,00
	кисломол.	54-13	Сыр п\т в нарезке	10,00		36,00	2,00	3,00	0,00
	напиток	686	Чай с лимоном	200,00		64,00	0,00	0,00	12,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00		64,00	2,00	0,00	12,00
Завтрак 2	кондит		Сок в индивид.упаковке	200,00		84,00	0,00	0,00	12,00
				580,00		654,00		0,00	12,00
Обед									
	закуска		Кукуруза консервиров.						
	гор.блюдо	96	Рассольник ленинградский	60,00		45,00	2,00	0,00	9,00
	гор.блюдо	294	Котл.рубл.из птицы с масл	200,00		138,00	3,00	4,00	16,00
	гарнир	54-7г	Рис припущенный	90\10		184\66	12,00	10,00	15,00
	напиток	638	Компот из кураги	180,00		269,00	4,00	6,00	24,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	200,00		126,00	0,00	0,00	32,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
				20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
				790,00		931,00			
						1585,00			

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25г. летний период

Отд./корп

День

8. среда

Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор. блюдо	54-11г.	Картофельное пюре	150,00		140,00	3,00	5,00	20,00
гор. блюдо	268	Котлеты(котлетное мясо)	90,00		183,00	14,00	18,00	15,00
кисломол.	54-19з	Масло слив. (порциями)	10,00		66,00	0,00	7,00	0,00
напиток	383	Какао	200,00		187,00	5,00	2,00	31,00
хлеб		Хлеб пшеничный	50,00		74,00	2,00	0,00	12,00
			500,00		650,00			
закуска	61	Салат из морк. с ябл. и курагой	60,00		46,00	1,00	2,00	5,00
гор. блюдо	54-24с	Суп картофельный с макарон.	200,00		131,00	5,00	2,00	15,00
гор. блюдо	278	Тефтели с соусом томатным	90\50		277\80	14,00	15,00	14,00
гарнир	54-8г	Капуста тушеная	150,00		116,00	3,00	5,00	15,00
напиток	349	Компот из смеси сухофр.	200,00		124,00	0,00	0,00	39,00
хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	5,00	1,00	29,00
			800,00		877,00			
					1527,00			

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25г. летний период

Отд./корм

День

9. четв.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200,00		312,00	4,00	7,00	27,00
	гор.блюдо	54-12р	Рыба запеч с сыром(минтай)	100,00		196,00	17,00	11,00	42,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00		103,00	3,00	0,00	12,00
	напиток	68б	Чай с лимоном	200,00		64,00	0,00	0,00	12,00
	кондит.		Кондит. изд-ие	20,00		10,00			
Завтрак 2				570,00		685,00			
Обед									
	закуска	54-3з	Помидор в нарезке	60,00		13,00	1,00	0,00	2,00
	гор.блюдо	54-2с	Борщ с кап.и карт.со смет	200,00		126,00	2,00	4,00	10,00
	гор.блюдо	293	Птица запечен.	100,00		220,00	13,00	10,00	17,00
	гарнир	54-7г	Рис припущенный	200,00		319,00	4,00	7,00	27,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	1,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
	напиток	388	Напиток из плодов шиповн	200,00		99,00	0,00	0,00	23,00
				810,00		890,00			
						1575,00			

с 05.06 по 17.06

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25г.г. летний период

ОТД./корп

День

10.пятн.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-30	Омлет с морковью	220,00		340,00	16,00	22,00	7,00
	кисломол.	54-193	Масло слив.(порциями)	20,00		132,00	0,00	14,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный\ржаной	60,00		103,00	3,00	0,00	20,00
	напиток	685	Чай с сахаром	200,00		60,00	0,00	0,00	13,00
	фрукты		Фрукты св.	100,00		58,00			
Завтрак 2				600,00		693,00			
Обед	закуска	54-163	Винегрет овощной	60,00		74,00	1,00	5,00	4,00
	гор.блюдо	88	Щи из св.капусты с картоф.	200,00		160,00	4,00	5,00	15,00
	гор.блюдо	268	Котлета рубл.из мяса(фарш)	90,00		183,00	14,00	13,00	15,00
	гарнир	54-1г	Макаронны отварные	150,00		247,00	5,00	9,00	29,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
	напиток	648	Кисель витаминизиров.	200,00		98,00	1,00	0,00	38,00
				850,00		865,00			
						1558,00			

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25г.г. летний период

Отд./корп

День

1.понеД.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	234,00	8,00	9,00	36,00
	гор. блюдо	252	Колбаса отв.	90,00	190,00	7,00	6,00	17,00
	кисломол.	54-19з	Масло сливочн.(порциями)	10,00	66,00	0,00	7,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	50,00	103,00	3,00	0,00	20,00
	гор. напиток	686	Чай с лимоном	200,00	64,00	0,00	0,00	12,00
Завтрак 2	кисломол.		Йогурт	50,00	20,00	0,00	0,00	0,00
				580,00	677,00			
Обед	закуска	61	Салат из морк.с ябл и курагой	60,00	46,00	1,00	2,00	5,00
	гор. блюдо	54-25с	Суп гороховый	200,00	126,00	7,00	3,00	15,00
	гор блюдо	293	Птица запеченная	100,00	220,00	12,00	9,00	15,00
	гарнир	54-7г	Рис припущенный	150,00	240,00	4,00	5,00	35,00
	напиток	383	Какао	200,00	187,00	5,00	2,00	31,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,00	0,00	8,00
				750,00	922,00			
					1599,00			

МАУ-КШП 7-11лет. 2024-25г. летний период

Отд./корп

День

2.вт.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол из ман.кр	200,00		222,00	5,00	8,00	31,00
	кислолом	54-193	Масло сливочн.(порциями)	10,00		66,00	0,00	7,00	0,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	60,00		103,00	3,00	0,00	20,00
	бл.из яиц	209	Яйцо вареное	40,00		63,00	5,00	3,00	0,00
	напиток	379	Кофейный напиток	200,00		159,00	3,00	3,00	29,00
Завтрак 2	кондит.		Кондит.изд-ие	30,00		30,00			
				540,00		643,00			
Обед	закуска	54-163	Винегрет овощной	60,00		74,00	1,00	5,00	4,00
	гор.блюдо	96	Рассольник ленинградский	200,00		138,00	3,00	4,00	16,00
	гор.блюдо	255	Печень по-строгановски	100,00		274,00	17,00	13,00	14,00
	гарнир	54-11г	Картофельное пюре	200,00		187,00	4,00	7,00	27,00
	напиток	388	Напиток из плодов шиповн	200,00		99,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
				810,00		875,00			
						1518,00			

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25 г. летний период

Отд./корп

День

3. среда

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол.из пшен.кр.	200,00	275,00	8,00	10,00	33,00
	кисломол.	54-193	Масло сливочн.(порциями)	20,00	132,00	0,00	14,00	0,00
	кисломол.	54-13	Сыр п\т в нарезке	10,00	36,00	2,00	3,00	0,00
	напиток	685	Чай с сахаром	200,00	60,00	0,00	0,00	12,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	60,00	103,00	3,00	0,00	20,00
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100,00	64,00	0,00	0,00	20,00
				590,00	670,00			
Обед	закуска	54-33	Помидор в нарезке	60,00	13,00	1,00	0,00	2,00
	гор.блюдо	138	Суп картофельный с крупой	200,00	116,00	4,00	2,00	12,00
	гор.блюдо	278	Тефтели с соусом томатным	90\50	297,00	14,00	15,00	14,00
	гарнир	54-1г.	Макароны отварные	200,00	329,00	7,00	12,00	39,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00	64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00	39,00	1,00	0,00	8,00
	напиток	349	Компот из смеси сухофр.	200,00	124,00	0,00	0,00	39,00
				850,00	982,00			
					1652,00			

Школа

МАУ-КШП 7-11 лет. 2024-25 г. летний период

Отд./корп

День

б.понед.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150,00		234,00	8,00	6,00	36,00
	гор.блюдо	293	Птица запечен.	90,00		188,00	12,00	9,00	15,00
	напиток		Сок фруктовый	200,00		88,00	0,00	0,00	22,00
	хлеб		Хлеб пшеничный\ржаной	50,00		103,00	3,00	0,00	20,00
	кондит		Кондит.изд-ие	15,00		20,00	0,00	0,00	10,00
Завтрак 2				505,00		633,00			
Обед	закуска	64-23	Огурец в нарезке	60,00		9,00	0,00	0,00	2,00
	гор.блюдо	54-25с	Суп гороховый	200,00		134,00	7,00	3,00	15,00
	гор.блюдо	268	Котлета рубленая мясная\масл	90\10		183\66	10,00	9,00	14,00
	гарнир	54-1г	Макароны отварные	180,00		248,00	6,00	6,00	40,00
	напиток	379	Кофейный напиток	200,00		159,00	3,00	3,00	29,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
				790,00		902,00			
						1535,00			

Школа

МАУ-КШП 7-11лет. 2024-25г. летний период

Отд./корп

День

7.вторник

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша вязкая мол.из пш.кр.	200,00		274,00	2,00		26,00
	кисломол.	54-13	Сыр п\т в нарезке	10,00		36,00	2,00	3,00	0,00
	кисломол.	54-193	Масло сливочн.(порциями)	20,00		132,00	0,00	14,00	0,00
	напиток	685	Чай с сахаром	200,00		60,00	0,00	0,00	12,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	60,00		103,00	3,00	0,00	20,00
Завтрак 2	кондит		Кондит.изд-ие	30,00		40,00	0,00	0,00	12,00
				520,00		645,00			
Обед									
	закуска	54-43	Помидоры в нарезке	60,00		13,00	1,00	0,00	2,00
	гор.блюдо	96	Рассольник ленинградский	200,00		138,00	3,00	4,00	16,00
	гор.блюдо	294	Котл.рубл.из птицы с масл	90\10		184\66	12,00	10,00	15,00
	гарнир	54-7г	Рис припущенный	180,00		269,00	4,00	6,00	24,00
	напиток	638	Компот из кураги	200,00		146,00	0,00	0,00	32,00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30,00		64,00	2,00	0,00	12,00
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	20,00		39,00	1,00	0,00	8,00
				790,00		919,00			
						1564,00			