

1 неделя

нач. лагеря Г.И. Серова

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/10	5,4	10,1	39,3	272,1
Бутерброд с сыром	20/20	6,7	5,8	10,3	121,2
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Блинчик с вишней 1шт	70	4,2	5,0	27,1	170,0
Итого за прием пищи:	555	17,8	21,5	102,0	675,8
Обед					
Суп картофельный с яйцом и курой	250/10	9,1	7,4	17,0	182,5
Тефтели "Сочные" с соусом	70/50	7,5	11,7	8,2	169,7
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Сок фруктовый	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	59,2
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Итого за прием пищи:	969	29,9	35,6	141,4	1 035,0
Всего за день:		47,8	57,0	243,4	1 710,8

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Серова Г.З.

1 неделя

*нач. кафе
Мед. Серова Г.З.*

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета Морячок	90	10,9	7,5	7,2	143,8
Картофельное пюре	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Огурец свежий	40	0,2	0,0	0,8	4,2
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Оладьи 1шт	35	2,1	2,4	14,0	86,0
Итого за прием пищи:	585	19,2	17,0	76,8	540,8
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,3	12,4	97,0
Бризоль куриная	100	22,3	16,6	6,1	272,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	7,2	45,5	286,9
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Итого за прием пищи:	806	39,7	36,1	131,5	1 021,0
Всего за день:		59,0	53,0	208,3	1 561,7

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Серова Г.З.

1 неделя

Маш. Серова
Ю.Ю. Стремянова

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет натуральный с маслом сливочным	150/5	14,8	20,5	2,7	285,4
Бутерброд с маслом	10/20	1,6	7,9	10,4	118,5
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Груша	160	0,6	0,5	16,5	75,2
Итого за прием пищи:	560	17,1	28,9	44,6	539,1
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,4	9,0	83,3
Плов со свининой	250	15,3	20,6	54,1	480,2
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Хачапури с сыром	80	11,7	8,8	32,7	257,3
Итого за прием пищи:	815	30,1	34,0	117,5	915,6
Всего за день:		47,2	62,9	162,1	1 454,7

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Серова Г.З.

1 неделя

нач. лагеря
Жуков - Александров Ю.

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Помидор свежий	60	0,7	0,1	2,3	14,4
Бутерброд с сыром	10/20	3,9	2,9	10,3	86,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Итого за прием пищи:	585	23,7	28,7	87,1	726,7
Обед					
Суп картофельный с рыбными консервами	265	5,2	2,6	19,8	123,8
Бризоль Хрустящая	100	26,0	26,9	3,6	383,0
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	809	39,0	35,5	103,0	911,5
Всего за день:		62,7	64,2	190,1	1 638,2

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Серова Г.З.

1 неделя

Ивченко С.В.
Серова Г.З.

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	25,8	10,1	13,0	264,9
Булочка с посыпкой	60	5,5	6,1	34,4	214,3
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Итого за прием пищи:	550	31,9	16,7	70,1	580,3
Обед					
Рассольник Ленинградский	250	2,3	4,6	17,0	119,7
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Картофельное пюре	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Батон йодированный	28	2,1	0,8	14,4	73,4
Итого за прием пищи:	803	24,2	31,5	93,7	773,6
Всего за день:		56,1	48,2	163,8	1 353,9

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Серова Г.З.

2 неделя

нач. лагеря
Анн-Викторова Ю

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250/5	6,3	7,3	39,2	260,5
Бутерброд с маслом	12/20	1,6	9,3	10,5	131,7
Какао с молоком витаминизированное	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Бутерброд с сыром	15/20	5,4	4,5	10,3	104,0
Оладьи 1 шт	35	2,1	2,4	14,0	86,0
Итого за прием пищи:	557	19,5	27,0	91,6	701,2
Обед					
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом	260	4,5	6,3	20,8	159,0
Тефтели "Сочные" с соусом	70/50	7,5	11,7	8,2	169,7
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	7,2	45,5	286,9
Сок фруктовый	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Итого за прием пищи:	843	27,7	36,4	131,3	973,4
Всего за день:		47,2	63,4	222,9	1 674,6

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Серова Г.З.

2 неделя

Маш. лагеря
Ю. Ю. Серова

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета куриная	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Картофельное пюре	150	3,4	5,3	22,3	150,4
Огурец свежий	60	0,3	0,0	1,2	6,4
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Итого за прием пищи:	555	19,4	25,3	62,0	572,0
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Гуляш из свинины	50/50	11,8	18,3	4,5	248,4
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Напиток из кураги	200	1,0	0,1	30,2	126,2
Хлеб ржаной	26	1,7	0,3	8,7	45,2
Пирожное Солнечное	70	3,9	8,8	25,8	201,1
Итого за прием пищи:	826	31,4	37,7	133,7	1 039,7
Всего за день:		50,8	63,0	195,7	1 611,7

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Серова Г.З.

2 неделя

нач. лагеря
Ольга Серова

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчик с вишней	210	12,5	15,0	81,3	510,1
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Итого за прием пищи:	555	13,1	15,5	109,0	631,2
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	250/10/10	4,9	3,8	12,9	109,3
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,8
Помидор свежий	100	1,1	0,2	3,8	24,0
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9
Хлеб ржаной	41	2,7	0,5	13,7	71,3
Булочка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
Итого за прием пищи:	951	32,4	34,8	141,8	1 035,6
Всего за день:		45,5	50,3	250,9	1 666,8

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Серова Г.З.

2 неделя

нач. лагеря
Мис. Сидорова Э

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг творожный с молоком сгущенным	150/50	26,0	12,0	54,6	450,4
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Итого за прием пищи:	565	28,1	13,1	92,6	623,9
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,4	9,0	83,3
Жаркое по-домашнему	250	17,9	19,4	30,4	369,9
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	46	3,0	0,6	15,4	80,0
Булочка сахарная	50	4,6	4,7	30,5	183,1
Итого за прием пищи:	811	27,3	29,1	100,3	776,3
Всего за день:		55,4	42,2	192,9	1 400,2

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор



Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Серова Г.З.

2 неделя

Иван Сидоров
Иван Сидоров

МЕНЮ ЛАГЕРЬ 12-18 лет

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек "Школьный"	90	12,8	15,7	11,5	252,2
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Итого за прием пищи:	555	25,1	31,9	108,9	841,7
Обед					
Солянка по-домашнему из птицы	250/15	4,4	4,8	9,6	103,9
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5
Картофельное пюре	180	4,0	6,3	26,8	180,5
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	59,2
Булочка с сыром	50/2	3,6	6,3	22,0	159,0
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	866	28,3	29,8	98,7	782,5
Всего за день:		53,4	61,7	207,6	1 624,2

Генеральный директор



Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством



Серова Г.З.