



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
Архиповский М.В.



Меню

для Оздоровительного лагеря

От 28 марта 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Каша вязкая «Дружба»	200/10	24-71	8,7	13,2	57	369,8
2	Сыр порционно	20	12-76	10,6	12	5	197,3
3	Фрукты свежие (апельсин)	160	22-55	0,5	0,5	21	51
4	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,2	0	15	61
5	Батон йодированный	30	0-50	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО:		63-88				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Рассольник Ленинградский	250	10-27	8,5	8,3	13	152,3
2	Гуляш из мяса птиц	50/50	41-77	4,5	2,4	0,6	36,1
3	Рис отварной	150	10-87	3,6	6	26,5	209
4	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,2	0	15	61
5	Хлеб ржаной	50	0-85	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		67-12				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

для Оздоровительного лагеря

От 29 марта 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/25	50-01	28	17,8	45,1	463,4
2	Фрукт свежий (мандарины)	140	21-04	00,5	0,5	21	51
3	Чай с низким содержанием сахара	200/13	2-43	0,2	0	15	61
	ИТОГО:		73-48				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Щи из свежей капусты с картофелем	250	13-52	2,6	5,8	18,8	154,6
2	Тефтели мясные с соусом	60/50	30-56	8,7	17,1	21,1	216
3	Макароны отварные	150	8-20	3,4	4,2	35,6	254
4	Чай с сахаром	200	3-36	0,2	0	15	61
5	Хлеб ржаной	50	1-88	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		57-52				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

для Оздоровительного лагеря

От 30 марта 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Котлета из мяса кур	60	29-38	12,8	15,1	20,3	244,3
2	Картофельное пюре	150	17-43	3,2	5,1	25	134,8
3	Пряник сдобный	1/50	8-31	0,5	0,5	21	51
4	Напиток из ягод с вит.С	200/15	8-51	0,8	0,1	21,8	86,2
5	Батон йодированный	30	1-37	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО:		65-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	14-02	10,7	10,62	14,5	217,1
2	Биточек «Аппетитный»	60	31-86	10	12,5	20,7	280
3	Рис отварной	150	10-87	3,6	6	41,5	209
4	Зеленый горошек консерв.	13	4-05	0,18	0,03	0,44	3,48
5	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,3	0	14,3	58,4
6	Хлеб ржаной	50	1-84	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		66-00				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

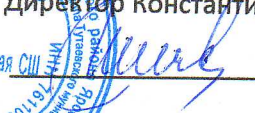
Зав.производством

Кавина И.П.



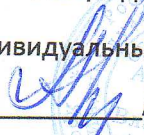
Согласовано:

Директор Константиновской Школы


Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель


Архиповский М.В.



Меню

для Оздоровительного лагеря

От 31 марта 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Оладьи с джемом	110/50	34-41	16,1	13,1	68,7	441
2	Напиток из ягод с вит.С	200	8-51	0,8	0,1	21,8	86,2
3	Фрукты свежие (яблоко)	140	19-82	0,5	0,5	21	51
4							
	ИТОГО:		62-74				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Суп картофельный с рыбой	250	15-94	7,8	3,3	20,5	132,6
2	Гуляш	40/40	37-33	9,5	23,6	2,3	247,2
3	Макароны отварные	150	8-20	3,4	4,2	35,6	254
4	Кукуруза консерв.	7	2-40	0,14	0,06	0,91	4,58
5	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,2	0	15	61
6	Хлеб ржаной	50	1-03	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		68-26				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

Зав.производством




Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню для Оздоровительного лагеря

От 01 апреля 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Омлет натуральный	110	34-83	12,6	18,2	4,3	231,4
2	Сыр порционно	20	12-76	7	8,9	0	109,2
3	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,2	0	15	61
4	Фрукт свежий (яблоко)	140	19-82	0,5	0,5	21	51
5	Батон йодированный	30	0-36	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО:		71-13				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Суп вермишелевый	250	7-11	7,48	3,82	28,85	107,63
2	Котлета «Нежность»	60	32-48	12,2	12,5	20,9	213
3	Рис отварной	150	10-87	3,6	6	41,5	209
4	Компот из сухофруктов с вит.С	200	8-51	0,8	0,12	21,8	86,2
5	Хлеб ржаной	50	0-90	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		59-87				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

Зав.производством

Кавина И.П.