

Чепурна Е.П.

Архиповский М.В.

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

для Оздоровительного лагеря

От 15 января 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/25	47-99	28	17,8	45,1	463,4
2	Фрукт свежий (яблоко)	120	16-00	00,5	0,5	21	51
3	Чай с низким содержания сахара	200/13	2-01	0,2	0	15	61
4							
	ИТОГО:		66-00				

	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	7-88	3,4	4,2	35,6	254
4	Овощи свежие (огурцы)	15	3-46	0,8	0,1	2,8	15
5	Компот из сухофруктов с вит.С	200	8-00	0,8	0,12	21,8	86,2
6	Хлеб ржаной	50	1-58	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		65-00				
	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 16 января 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	16-85	3,2	5,1	25	134,8
3	Фрукт свежий (бананы)	160	16-00	0,5	0,5	21	51
4	Чай с сахаром	200/15	2-70	0,2	0	15	61
5	Батон йодированный	30	1-07	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО:		66-00				

	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	Греча отварная рассыпчатая	150	15-32	7,4	5,7	32,9	235
4	Чай с сахаром	200/15	2-70	0,3	0	14,3	58,4
5	Хлеб ржаной	50	1-10	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		65-00				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

Зав.производством

Архиповский М.В.

Архиповский М.В.
Кавина И.П.



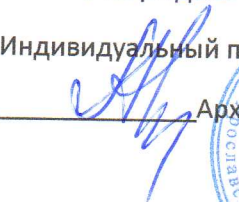
Согласовано:

Директор Константиновской Школы

 Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

 Архиповский М.В.



Меню

для Оздоровительного лагеря

От 17 февраля 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	Компот из сухофруктов с вит.С	200	8-00	0,8	0,1	21,8	86,2
3	Фрукты свежие (апельсин)	160	23-59	0,5	0,5	21	51
4							
	ИТОГО:		66-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Суп картофельный рыбный	250/10	15-94	7,8	3,3	20,5	132,6
2	Гуляш	40/40	31-69	9,5	23,6	2,3	247,2
3	Макароны отварные	150	7-88	5,4	4,2	34,6	254
4	Овощи свежие (помидоры)	20	3-46	0,4	0,1	1,3	7
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5-00	0,3	0	14,3	58,4
6	Хлеб ржаной	50	1-03	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		65-00				
	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 18 февраля 2022 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Омлет натуральный	110	31-24	12,6	18,2	4,3	231,4
2	Сыр порционно	25	15-66	7	8,9	0	109,2
3	Чай с сахаром	200/15	2-70	0,2	0	15	61
4	Фрукт свежий (бананы)	160	16-00	0,5	0,5	21	51
5	Батон йодированный	30	0-40	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО:		66-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Суп картофельный с горохом	250	12-15	6,5	3	28,3	133
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	8-00	0,1	0	19,6	78,3
5	Хлеб ржаной	50	1-50	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО:		65-00				
	ИТОГО:		131-00				

Начальник лагеря

Зав.производством

Архиповский
Кавина

Архиповский М.В.
Кавина И.П.