



Утверждаю:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Меню для Оздоровительного лагеря

От 25 октября 2021 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Каша вязкая «Дружба»	200/10	19-79	8,7	13,2	57	369,8
2	Сыр порционно	30	18-56	10,6	12	5	197,3
3	Фрукты свежие	1 шт.	22-55	0,5	0,5	21	51
4	Чай с сахаром	200	2-60	0,2	0	15	61
5	Батон йодированный	30	1-80	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		65-30				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Рассольник Ленинградский	250	8-64	8,5	8,3	13	152,3
2	Гуляш из мяса птиц	50/50	35-73	4,5	2,4	0,6	36,1
3	Рис отварной	150	10-87	3,6	6	26,5	209
5	Чай с сахаром	200	2-60	0,2	0	15	61
6	Хлеб ржаной	50	1-86	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО ЗА ОБЕД:		59-70				
	ИТОГО:		125-00				

Инд.предприниматель

Зав.производством

Начальник лагеря

Архиповский М.В.
Кавина И.П.
Бригген С.П.

Архиповский М.В.

Кавина И.П.

Бригген С.П.



Утверждаю:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Меню

для Оздоровительного лагеря

От 26 октября 2021 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/25	48-04	28	17,8	45,1	463,4
2	Сок фруктовый	200	15-00	1	0,2	20,2	92
3	Чай с низким содержания сахара	200	1-96	0,2	0	15	61
4							
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		65-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Щи из свежей капусты с картофелем	250	8-65	2,6	5,8	18,8	154,6
2	Тефтели мясные с соусом	60/50	28-19	8,7	17,1	21,1	216
3	Макароны отварные	150	7-88	3,4	4,2	35,6	254
4	Салат из свежих помидоров	50	11-59	0,8	0,1	11,3	71
5	Чай с сахаром	200	2-60	0,2	0	15	61
6	Хлеб ржаной	50	1-09	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО ЗА ОБЕД:		60-00				
	ИТОГО:		125-00				

Инд.предприниматель

Зав.производством

Начальник лагеря

Архиповский М.В.
Кавина И.П.
Архиповский М.В.

Архиповский М.В.

Кавина И.П.

Архиповский М.В.



Утверждаю:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Меню

для Оздоровительного лагеря

От 27 октября 2021 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Котлета из мяса кур	70	28-32	12,8	15,1	20,3	244,3
2	Картофельное пюре	150	15-52	3,2	5,1	25	134,8
3	Фрукты свежие	1 шт.	17-06	0,4	0,4	21	47
4	Чай с сахаром	200	2-60	0,2	0	15	61
5	Батон йодированный	30	1-88	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		65-38				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	11-44	10,7	10,62	14,5	217,1
2	Биточек «Аппетитный»	60	29-38	10	12,5	20,7	280
3	Греча отварная рассыпчатая	150	14-32	7,4	5,7	32,9	235
4	Чай с сахаром	200	2-60	0,2	0	15	61
5	Хлеб ржаной	50	1-88	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО ЗА ОБЕД:		59-62				
	ИТОГО:		125-00				

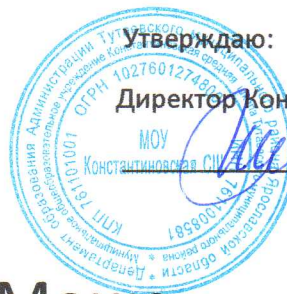
Инд.предприниматель

Зав.производством

Начальник лагеря

Архиповский М.В.

Кавина И.П.



Утверждаю:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.

Меню

для Оздоровительного лагеря

От 29 октября 2021 г.

возрастная категория от 7-11 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Омлет натуральный	110	30-10	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	2-60	0,2	0	15	61
4	Сок фруктовый	200	15-00	1	0,2	20,2	92
5	Батон йодированный	30	1-64	2,22	0,88	15,42	75
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		65-00				

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	Суп картофельный с горохом	250	6-93	6,5	3	28,3	133
2	Котлета «Нежность»	70	30-48	12,2	12,5	20,9	213
3	Рис отварной	150	10-87	3,6	6	41,5	209
4	Огурец свежий порционно	30	6-09	0,8	0,1	11,3	45
5	Чай с сахаром и лимоном	200	4-90	0,3	0	14,3	58,4
6	Хлеб ржаной	50	0-73	3,3	0,4	21,2	102
	ИТОГО ЗА ОБЕД:		60-00				
	ИТОГО:		125-00				

Инд.предприниматель

Зав.производством

Начальник лагеря

И.П. Кавина

Архиповский М.В.

Кавина И.П.

Архиповский М.В.