

УТВЕРЖДАЮ:

И.С.Алексеева

СОГЛАСОВАНО

А.А.Скороходов

Меню на 15.06.2021
двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в
оздоровительном лагере дневного пребывания в период
летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
553/2004	Капуста тушеная с картофелем (1-й вариант)	220	3,178	0,390	13,156	147,120
413/УО	Сарделька отварная	100	7,650	9,450	1,300	156,500
г.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
41/1994	Масло сливочное	10.	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
687/1994	Пирожок печеный сдобный с творогом	100	1,160	3,701	25,980	146,000
629/1994	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,010	57,000
	Итого:	705	20,488	25,866	84,556	769,320
ОБЕД						
24/2004	Огурцы соленые	70	0,090	0,910	1,190	11,480
133/УО таб.1	Суп картофельный с фрикадельками	250/35	2,250	5,500	12,250	97,120
423УО	Бефстроганов	100/10	10,900	11,240	5,700	299,100
472/1994	Пюре картофельное	150	3,240	5,595	22,050	156,000
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
773/1997	Компот из сухофруктов	200	0,120	0,000	9,120	12,000
	Итого:	1015	24,640	24,445	95,990	804,370

УТВЕРЖДАЮ:

И.С.Алексеева

СОГЛАСОВАНО

И.К.Пшеничный



Меню на 16.06.2021

двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №1 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
302/2004	Каша пшеничная с сахаром	220	5,020	4,360	33,560	201,170
т.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
41/1994	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
693/2004	Какао с молоком	200	4,200	3,627	17,240	118,670
	Итого:	505	17,520	20,262	79,910	582,540
ОБЕД						
табл.	Овощи свежие по сезону	70	0,910	0,070	2,430	8,120
140/УО	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250/25	5,200	2,800	12,700	188,000
461/2004	Тефтели из говядины	100	3,798	15,417	8,000	125,000
448/2003	Рис отварной	150	3,810	6,105	38,610	228,000
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
	Напиток сокодержущий	200	0,000	0,000	3,400	16,000
согл табл	Фрукты свежие	200	1,300	5,000	18,800	28,000
	Итого:	1105	23,058	30,592	129,620	821,790

УТВЕРЖДАЮ:

И.С.Алексеева

СОГЛАСОВАНО

А.А.Скороходов

Меню на 17.06.2021

двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
257/1994	Каша Овсяная вязкая с сахаром	220/15	3,800	2,400	38,100	202,200
453/1981	Яйцо варёное	40	5,080	4,300	0,280	42,800
т.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
41/1994	Масло сливочное	10.	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
692/2004	Кофейный напиток	200	1,400	1,600	22,310	105,000
	Итого:	560	18,580	20,575	89,800	612,700
ОБЕД						
согл табл	Овощи свежие по сезону	70	0,560	0,070	1,750	9,800
138/1994	Суп гороховый с говядиной	250/25	4,215	12,444	15,990	164,100
495/2004	Котлета натуральная из филе птицы	100/10	6,600	8,990	7,400	199,100
273/1994	Макароны отварные с/м	150	5,020	4,515	26,445	118,400
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
631/2004	Компот из свежих фруктов	200	0,520	0,150	23,760	118,100
согл табл	Фрукты свежие	200	1,300	0,500	10,200	61,100
	Итого:	1115	26,255	27,869	131,225	899,270

УТВЕРЖДАЮ:

И.С.Алексеева

СОГЛАСОВАНО

А.А.Скороходов

Алексеева
Ирина
Сергеевна

Меню на 18.06.2021

двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
284/1994	Омлет натуральный	110	6,890	4,196	1,861	74,002
т.11/1994	Сосиска отварная	100	3,600	7,638	0,400	135,000
т.32/1981	Горошек консервированный	35	0,930	0,060	1,950	12,000
т.32/1981	Кукуруза консервированная	35	0,585	0,150	4,113	19,200
41/1994	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
488/2003	Булочка с курагой и крошкой	90	1,440	1,390	29,410	134,150
629/1994	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,010	57,000
	Итого:	640	18,465	21,334	81,854	639,452
ОБЕД						
согл.табл.	Овощи свежие по сезону	70	0,560	0,070	1,750	9,800
139/1994	Суп-лапша домашняя	250	2,213	5,068	11,923	102,250
388/2004	Котлета рыбная	100/35	10,585	14,113	12,531	219,480
472/1994	Пюре картофельное	150	3,240	5,595	22,050	156,000
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
631/2004	Компот из свежих фруктов	200	0,520	0,150	26,760	97,200
согл табл	Фрукты свежие	200	1,300	0,500	11,800	61,000
	Итого:	1115	26,458	26,696	132,494	874,400

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО



И.С.Алексеева

А.Аскорохов

Меню на 21.06.2021

двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
323/2003	Каша вязкая молочная пшеничная	220	6,060	4,210	22,720	105,200
41/1994	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,130	66,100
т.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Пряник	90	0,030	1,920	6,120	13,860
629/1994	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,260	0,000	15,220	59,000
	Итого:	602	14,650	18,405	73,170	440,760
ОБЕД						
20/2004	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,400	4,100	3,300	14,130
110/2004	Борщ с капустой, картофелем и говядиной	250/25	1,610	4,040	10,930	202,300
492/2004	Плов из птицы	300	12,980	16,006	51,223	275,990
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	129,230
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
631/2004	Компот из свежих фруктов	200	0,520	0,150	3,760	15,120
согл табл	Фрукты свежие	200	1,300	0,100	9,200	13,210
	Итого:	1185	25,850	25,596	124,093	736,650

 <p>УТВЕРЖДАЮ: И.С.Алексеева</p>	 <p>СОГЛАСОВАНО А.А. Скороходов</p>
<p>Меню на 22.06.2021 двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова</p>	

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
366/2004	Запеканка из творога с джемом и сметаной	200/30/30	6,400	11,058	33,340	307,080
8/сб.1981 спр.	Бутерброд с колбасой	20/30	2,510	5,300	9,960	51,210
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60.	4,740	0,600	28,980	142,000
693/2004	Какао с молоком	200	4,200	3,627	17,240	118,670
	Итого:	570	17,85	20,59	89,52	618,960
ОБЕД						
табл	Овощи свежие по сезону	100	0,100	0,200	1,900	22,100
136/1994	Суп картофельный с крупой	250	0,370	4,600	7,200	52,100
539/2004	Рагу овощное (1-й вариант)	220	0,090	1,220	16,420	46,300
439/1994	Куры отварные	110	8,230	14,080	5,120	268,125
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
106/1986	Плюшка (сдобная с сахаром)	100	1,360	5,280	17,100	197,000
Пром.	Напиток сокосодержащий	200	0,000	0,000	3,400	16,000
	Итого:	1090	18,19	26,58	96,82	830,295

УТВЕРЖДАЮ:

И.С.Алексеева

СОГЛАСОВАНО

А.А.Скороходов

Меню на 23.06.2021
двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в
оздоровительном лагере дневного пребывания в период
летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
257/1994	Каша манная вязкая	220/15	2,660	1,044	23,600	111,300
453/1981	Яйцо варёное	40	5,080	4,300	0,280	42,800
т.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
41/1994	Масло сливочное	10.	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
692/2004	Кофейный напиток	200	1,400	1,600	22,310	105,000
	Итого:	560	17,440	19,219	75,300	521,800
ОБЕД						
23/2004	Салат из свежих овощей	100	1,400	4,100	3,300	14,130
132/УО	Рассольник Ленинградский с говядиной	250/25	1,750	2,550	9,750	106,000
310/1994	Рыба тушеная в томате с овощами	100/10	11,925	3,700	8,500	122,700
470/1994	Картофель молодой отварной с/м и зеленью	150/2	1,987	4,983	25,526	159,842
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	24,760	70,000
631/2004	Компот из свежих фруктов	200	0,900	0,150	9,000	44,000
	Итого:	1147	29,302	17,283	126,516	745,342

УТВЕРЖДАЮ:

И.С.Алексеева

СОГЛАСОВАНО

А.А.Скореходов



Меню на 24.06.2021
двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №5г. Азова

№ Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
553/2004	Капуста тушеная с картофелем (1-й вариант)	220	3,178	0,390	13,156	147,120
413/УО	Сарделька отварная	100	7,650	9,450	1,300	156,500
т.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
41/1994	Масло сливочное	10.	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
687/1994	Пирожок печеный сдобный с творогом	100	1,160	3,701	25,980	146,000
629/1994	Чай с сахаром	200	0,200	0,050	15,010	57,000
	Итого:	705	20,488	25,866	84,556	769,320
ОБЕД						
24/2004	Огурцы соленые	70	0,090	0,910	1,190	11,480
133/УО таб.1	Суп картофельный с фрикадельками	250/35	2,250	5,500	12,250	97,120
423УО	Бефстроганов	100/10	10,900	11,240	5,700	299,100
472/1994	Пюре картофельное	150	3,240	5,595	22,050	156,000
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
773/1997	Компот из сухофруктов	200	0,120	0,000	9,120	12,000
	Итого:	1015	24,640	24,445	95,990	804,370

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО

И.С.Алексеева

А.А.Скороходов

Меню на 25.06.2021

двухразового горячего питания детей с 7 лет до 11 лет в оздоровительном лагере дневного пребывания в период летних каникул в МБОУ СОШ №5 г. Азова

N Рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
302/2004	Каша пшеничная с сахаром	220	5,020	4,360	33,560	201,170
т.33/1981	Сыр твёрдый	15	3,480	4,425	0,000	54,600
41/1994	Масло сливочное	10	0,080	7,250	0,130	66,100
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
693/2004	Какао с молоком	200	4,200	3,627	17,240	118,670
	Итого:	505	17,520	20,262	79,910	582,540
ОБЕД						
табл.	Овощи свежие по сезону	70	0,910	0,070	2,430	8,120
140/УО	Суп картофельный с макаронными изделиями и	250/25	5,200	2,800	12,700	188,000
461/2004	Тефтели из говядины	100	3,798	15,417	8,000	125,000
448/2003	Рис отварной	150	3,810	6,105	38,610	228,000
Пром.	Хлеб пшеничный в/с	60	4,740	0,600	28,980	142,000
Пром.	Хлеб бородинский	50	3,300	0,600	16,700	86,670
	Напиток сокосодержащий	200	0,000	0,000	3,400	16,000
согл табл	Фрукты свежие	200	1,300	5,000	18,800	28,000
	Итого:	1105	23,058	30,592	129,620	821,790