

Утверждаю  
 Директор  
*Балашова* М.С.Балашова



## Меню

7 июня 2022

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	7,33	0,3	0,0	1,0	5,6
2011	244	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	250	116,58	28,7	30,1	36,3	532,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/10	5,44	0,1	0,0	14,8	61,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,05	3,8	0,3	25,1	118,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>133,40</b>	<b>32,9</b>	<b>30,5</b>	<b>77,2</b>	<b>718,0</b>
<b>Обед</b>								
2011	62	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ	250	20,09	2,5	5,1	14,9	116,4
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	44,53	25,5	25,7	0,3	334,0
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	15,04	7,3	16,7	46,2	364,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,50	0,0	0,0	19,4	77,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	1,5	0,1	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,13	2,0	0,4	11,9	59,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>89,91</b>	<b>38,7</b>	<b>48,0</b>	<b>102,7</b>	<b>999,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>223,31</b>	<b>71,6</b>	<b>78,5</b>	<b>179,9</b>	<b>1 717,2</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,1</b>	<b>2,5</b>	

Зав.производством  И.А.Гавловская

283

281



Утверждаю

Директор

М.С. Валашова

## Меню

6 июня 2022

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	3,80	0,1	8,3	0,1	75,0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	12,35	4,6	6,0	0,0	73,0
2008	190	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	25,77	7,6	12,4	32,0	271,6
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	14,95	3,3	3,1	26,5	148,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,20	3,1	0,2	20,1	94,7
2008		ВАФЛИ	30	7,50	0,7	1,0	23,2	106,2
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>67,61</b>	<b>19,4</b>	<b>31,0</b>	<b>101,9</b>	<b>768,6</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	14,81	0,4	0,0	1,2	7,0
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	42,43	8,2	11,1	9,1	172,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	75,08	15,5	16,5	2,8	220,0
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	10,61	3,7	6,3	32,7	202,2
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,50	0,0	0,0	19,4	77,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	1,5	0,1	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,13	2,0	0,4	11,9	59,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>153,18</b>	<b>31,4</b>	<b>34,5</b>	<b>87,8</b>	<b>791,0</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>220,79</b>	<b>50,8</b>	<b>65,5</b>	<b>189,7</b>	<b>1 559,6</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,3</b>	<b>3,7</b>	

Зав.производством  И.А.Гавловская

Утверждаю  
Директор  
*Балашова* М.С.Балашова

## Меню

3 июня 2022

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,00	5,0	4,5	0,3	61,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	3,80	0,1	8,3	0,1	75,0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200/0/50	80,12	34,2	24,2	54,8	582,5
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	15,50	3,8	3,7	24,3	146,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,05	3,8	0,3	25,1	118,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>114,47</b>	<b>46,8</b>	<b>40,9</b>	<b>104,6</b>	<b>984,0</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	9,14	0,4	0,0	1,2	7,0
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	18,00	2,2	5,2	16,4	122,2
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	45,69	15,0	25,4	14,5	346,5
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	20,00	3,2	5,4	21,4	147,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	10,04	0,2	0,2	27,0	111,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	1,5	0,1	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,13	2,0	0,4	11,9	59,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>106,62</b>	<b>24,4</b>	<b>36,7</b>	<b>102,5</b>	<b>841,2</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>221,09</b>	<b>71,2</b>	<b>77,7</b>	<b>207,1</b>	<b>1 825,2</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,1</b>	<b>2,9</b>	

Зав.производством  И.А.Гавловская

Утверждаю  
Директор  
*Балашова* М.С. Балашова

## Меню

2 июня 2022

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	62,73	9,2	10,4	0,4	143,7
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	14,97	2,1	3,7	14,3	99,3
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	19,23	2,6	4,0	10,9	92,0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/10	5,44	0,1	0,0	14,8	61,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,24	3,1	0,2	20,1	94,7
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>105,61</b>	<b>17,1</b>	<b>18,4</b>	<b>60,5</b>	<b>491,1</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	8,88	0,3	0,1	1,1	7,2
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	250	15,21	2,4	2,9	19,5	114,5
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	28,80	13,3	10,7	6,7	191,5
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	170	18,25	4,1	5,2	42,6	232,9
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	12,54	0,5	0,1	34,0	141,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,62	1,5	0,1	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,13	2,0	0,4	11,9	59,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>87,43</b>	<b>24,1</b>	<b>19,4</b>	<b>125,9</b>	<b>793,9</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>193,04</b>	<b>41,2</b>	<b>37,8</b>	<b>186,4</b>	<b>1 285,1</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>4,5</b>	

Зав. производством *И.А. Гавловская*

Утверждаю  
Начальник лагеря

 М.С.Балашова

### Меню

1 июня 2022 год

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	12,4	4,6	6,0	12,4	73,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	3,8	0,1	8,3	3,8	75,0
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	280	3,8	11,4	13,0	3,8	386,0
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	12,98	3,1	3,1	13,0	105,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,8	3,1	0,2	3,8	94,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 2 ЗАВТРАК	200	3,8	0,6	0,4	3,8	140,0
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>92,34</b>	<b>22,9</b>	<b>31,1</b>	<b>92,3</b>	<b>874,0</b>
<b>Обед</b>								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	14,3	2,8	2,9	3,8	118,0
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	64,7	20,9	28,7	3,8	465,7
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,5	0,0	0,0	3,8	77,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	1,5	0,1	3,8	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	2,0	0,4	3,8	59,4
2011	338	ФРУКТЫ ЯБЛОКИ	100	20,0	0,4	0,4	3,8	44,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>109,3</b>	<b>27,6</b>	<b>32,4</b>	<b>3,8</b>	<b>812,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>201,60</b>	<b>50,5</b>	<b>63,5</b>	<b>201,6</b>	<b>1 686,3</b>
<b>Сбалансированность:</b>				<b>1</b>	<b>1,3</b>	<b>4,5</b>		

Зав.производством  И.А.Гавловская