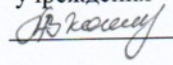



СОГЛАСОВАНО

Руководитель оздоровительного
учреждения В.Г.Костюк
2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель индивидуальный
предприниматель Д.С. Перевалова
2024 г.

Меню завтраков, обедов оздоровительного лагеря 1-я смена
по столовой МАОУ СОШ «Лидер-2» НГО с 28.05.2024 — 15.06.2024

Наименование блюд	Выход, г (6,5-10 лет)	Выход, г (11-15 лет)
28.05.2024 вторник - завтрак		
Сыр твердый порционно	15	20
Каша молочная «Геркулес» с маслом	230/5	250/5
Какао на молоке	200	200
Батон нарезной	30	35
Хлеб пшеничный	40	40
Кондитерское изделие	30	30
Стоимость рациона	75,64	87,82
обед		
Суп с лапшой яичной, с курицей отварной	200/10	250/15
Тефтели мясные в сметано-томатном соусе	80	100
Пюре из гороха	150/5	180/5
Помидоры свежие в натуральном виде	60	60
Сок на разлив	200	200
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	30/40	40/40
Стоимость рациона	86,15	94,36
29.05.2024 среда – завтрак		
Вареники с картофелем, отварные с маслом	150/10	180/10
Гарнир «Ассорти»	60	60
Чай с сахаром	200	200
Хлеб пшеничный	40	40
Напиток кисломолочный на разлив	150	150
Стоимость рациона	78,37	83,65
обед		
Борщ с картофелем, говяд. отв., сметаной	200/10/5	250/15/10
Котлета рыбная запеченная	80	100
Сложный гарнир (картоф. пюре/капуста тушеная)	75/75	90/90/
Огурцы свежие с зеленью	60	60
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40/40	40/40
Стоимость рациона	84,61	93,26
30.05.2024 четверг - завтрак		
Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/20	180/20
Кофейный напиток на молоке	200	200
Хлеб пшеничный/ батон нарезной	35/30	35/40
Фрукты консервированные	120	120
Стоимость рациона	80,24	86,14
обед		
Рассольник «Ленинградский» с говядиной отварной, сметаной	200/10/5	250/15/10
Пельмени мясные, отварные с маслом (п/ф)	230/10	250/10
Икра из кабачков (тепловая обработка)	60	60
Сок на разлив	200	200
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	40/40	45/40
Стоимость рациона	85,42	99,87
31.05.2024 пятница - завтрак		
Тефтели рыбные	80	100
Рис отварной с маслом	150/5	180/5
Огурцы свежие с зеленью	60	60
Чай с лимоном	200	200
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	35/35	35/40
Стоимость рациона	75,18	86,32
обед		
Суп картофельный с горохом, п/к колбасой, гречками	200/15/10	250/15/10
Оладьи из печени запеченные	80	100
Картофельное пюре с маслом	150/5	180/5

Свекла, тушеная с сыром	60	60
Компот из изюма	200	200
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	40/40	40/40
Стоимость рациона	87,30	96,46
01.06.2024 суббота - завтрак		
Макаронные изделия отварные с маслом, сыром	150/5/10	175/5/10
Кукуруза консервированная	30	30
Кофейный напиток на молоке	200	200
Батон нарезной	25	35
Напиток кисломолочный на разлив	150	150
Стоимость рациона	76,94	87,22
обед:		
Юшка картофельная с кабачками и помидорами, фрикадельками, сметаной	200/10/5	250/15/10
Жаркое по-домашнему	220	260
Помидоры свежие/огурцы свежие	30/30	30/30
Кисель из ягоды св/замороженной	200	200
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	35/40	40/45
Стоимость рациона	86,25	94,28
04.06.2024 вторник - завтрак		
Сыр твердый порционно	15	20
Каша молочная пшенная с маслом	200/5	250/5
Какао на молоке	200	200
Батон нарезной	30	40
Молоко м.д.ж 3,2%	200	200
Стоимость рациона	75,26	87,34
обед:		
Свекольник с фрикадельками, сметаной	200/15/5	250/15/10
Котлета из мяса птицы запеченная	80	100
Пюре из гороха	150/5	180/5
Гарнир «Ассорти»	60	60
Сок на разлив	200	200
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	30/30	40/45
Стоимость рациона	86,42	99,17
05.06.2024 среда - завтрак		
Запеканка из творога с морковью, со сгущ. молоком	150/10	180/25
Чай с молоком, сахаром	200	200
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20	25/25
Фрукты консервированные	150	150
Стоимость рациона	80,26	85,41
обед:		
Рассольник «Домашний» с мясом птицы (филе), сметаной	200/10/5	250/15/10
Котлета рыбная запеченная	80	100
Рис отварной с маслом	150/5	180/5
Помидоры свежие	60	60
Чай с сахаром, лимоном	200	200
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	35/30	40/40
Стоимость рациона	84,82	96,94
07.06.2024 пятница - завтрак		
Суп молочный с макаронными изделиями	250	300
Бутерброд с сыром	25/15	35/20
Кофейный напиток на молоке	200	200
Хлеб пшеничный	30	40
Хлеб пшеничный	30	30
Кондитерское изделие	75,36	86,18
Стоимость рациона	75,36	86,18
обед		
Суп овощной с фрикадельками, сметаной	200/10/5	250/15/10
Котлета «Нежная» из мяса птицы запеченная	80	100
Каша гречневая, рассыпчатая с маслом	150/5	180/10
Кабачки, тушеные с морковью, со сметаной	60	60
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30/30	40/40
Стоимость рациона	87,62	97,61
08.06.2024 суббота - завтрак		
Вареники с творогом, отварные с маслом	160/10	200/10
Чай с сахаром	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	40

Фрукты консервированные	150	150
Стоимость рациона	78,34	91,16
обед		
Суп картофельный с рыбными консервами (сайра)	200/15	250/20
Тефтели мясные с соусом томатным	80	100
Макаронные отварные с маслом	150/5	180/5
Свекла, тушеная с яблоками	60	60
Компот из св/мороженной ягоды	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30/35	40/40
Стоимость рациона	83,12	99,32
10.06.2024 понедельник - завтрак		
Сыр порционно	15	20
Каша молочная «Дружба» с маслом	200/5	210/5
Напиток кофейный на молоке	200	200
Батон нарезной	35	40
Напиток кисломолочный на разлив	150	150
Стоимость рациона	81,44	85,92
обед:		
Суп картофельный с макаронными изделиями, с курицей	200/10	250/15
Рыба, запеченная с овощами	80	100
Картофель отварной с зеленью	150/10	180/10
Огурцы свежие с зеленью	60	60
Сок на разлив	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30/30	30/35
Стоимость рациона	83,25	96,48
11.06.2024 вторник - завтрак		
Лапшевник с творогом с маслом сливочным	150/10	200/10
Чай с сахаром	200	200
Батон нарезной	40	40
Фрукты консервированные	150	150
Стоимость рациона	75,12	86,42
обед		
Щи по-уральски с фрикадельками, сметаной	200/10/5	250/15/10
Шницель рыбный запеченный	80	100
Рис отварной, с маслом	150/10	180/10
Помидоры свежие	60	60
Чай с сахаром, лимоном	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30/30	30/35
Стоимость рациона	86,43	97,54
13.06.2024 четверг - завтрак		
Сыр порционно	15	20
Каша молочная рисовая с маслом	200/5	250/5
Какао на молоке	200	200
Батон нарезной/хлеб пшеничный	25/25	30/30
Кондитерские изделия	30	30
Стоимость рациона	74,65	84,36
обед		
Суп картофельный с лапшой яичной, с курицей	200/10	250/15
Фрикадельки мясные в соусе	80	100
Пюре из гороха с маслом	150/5	180/5
Кабачки, тушеные с морковью, со сметаной	60	60
Компот из свежих фруктов	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	35/35	40/40
Стоимость рациона	83,28	96,28
14.06.2024 вторник – завтрак		
Ёжики мясные (п/ф)	80	100
Макаронные изделия, отварные с маслом	150/5	180/10
Морковь тушеная	40	60
Чай с сахаром	200	200
Хлеб пшеничный	40	150
Фрукты консервированные	120	120
Стоимость рациона	81,64	87,82
обед		
Свекольник со сметаной	200/10/5	250/15/10
Плов со свиной	230	250
Помидоры свежие	60	60
Чай фруктовый	200	200

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30/35	30/40
Стоимость рациона	84,12	98,76
15.06.2043 среда - завтрак		
Вареники с картофелем отварные с маслом	150/5	200/10
Икра из кабачков	40	40
Чай с щиповником	200	200
Хлеб пшеничный	25	35
Напиток кисломолочный на разлив	150	150
Стоимость рациона	78,68	87,64
обед		
Рассольник «Ленинградский» с фрикадельками, сметаной	200/10/5	250/15/10
Котлета «Нежная» из мяса птицы запеченная	80	100
Картофельное пюре с маслом	150/5	180/10
Морская капуста, тушеная с кукурузой	60	60
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	40/40	40/45
Стоимость рациона	85,83	99,26

Бух-калькулятор:  Д.С. Перевалова

Шеф-повар:  М.А. Страгис