

"Согласовано" Руководитель образовательного учреждения
 Директор школы _____

"Утверждаю"
 ИП Бруснигина Н.А.

Меню по ИП Бруснигина Н.А. 2.05.2025г.
 Для питания детей в летнем лагере с дневным пребыванием на сумму 138,64



Дни недели	Вид меню / Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
понедельник 1 неделя	Завтрак	каша молочная геркулесовая	205	4,59	4,79	20,8	144,79	Табл.№4 сб.2004г
		бутерброд с маслом	30	1,32	10,8	8,16	138	1
		кофейный напиток с молоком	200	2,5	3,6	34,44	182,4	54-23
	Обед	фрукт свежий	100	0,8	0,2	7,5	38	пром. произ-во
		салат из свежей капусты с яблоками	100	1,3	4	11,4	84	42
		суп картофельный с рыбными консервами 25/250	275	10,9	3,4	19	150	138
		печень по-строгановски	100	13,6	13,6	3,9	195	431
		макаронны отварные	150	5,3	4,91	32,81	196,8	332/516
		сок фруктовый	200	0,8	0,8	19,6	88,8	пром. произ-во
		хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во
		хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во
		Итого завтрак+обед		1425	45,33	46,69	183,59	1354,61
вторник 1 неделя	Завтрак	каша молочная манная	205	6,66	7,67	24,35	192,14	Табл.№4 сб.2004г
		горячий бутерброд с сыром	55	8,07	12,27	14,97	205,99	10
		яйцо отварное	45	5,08	4,60	0,28	63,00	337
	Обед	какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	693
		салат из редиса	60	1,92	3,42	1,98	46,20	29
		рассольник	250	3,00	4,50	20,10	135,00	132
		капуста тушеная с мясом птицы	220	13,63	12,93	9,67	266,54	301
		комлот из свежих плодов	200	0,16	0,16	12,90	49,31	372
		хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во
		хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во
		кондитерское изделие	40	3,03	8,65	27,68	203,24	пром. произ-во
		Итого завтрак+обед		1340	50,67	59,79	170,41	1488,24
среда 1 неделя	Завтрак	запеканка из творога со стуханным молоком	85	9,42	7,25	15,49	180,50	366
		чай с молоком	200	5,04	4,50	16,44	123,93	54-2
		фрукт свежий	150	0,60	0,00	16,95	69,00	пром. произ-во
		батон нарезной	30	2,25	0,87	15,27	79,2	пром. произ-во
		Обед						
		салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,80	8,00	4,10	89,70	20

четверг 1 неделя	борщ из свежей капусты со сметаной	270	8,40	8,40	14,64	148,03	110	
	котлета рыбная	100	12,87	3,89	6,11	110,90	пром. произ-во	
	картофельное пюре	150	3,52	5,70	22,21	154,36	520	
	компот из сухофруктов	200	0,02	0,00	16,16	62,78	54-2хн	
	хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,80	пром. произ-во	
	хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,50	пром. произ-во	
	Итого завтрак+обед	1350	47,14	39,23	153,50	1152,70		
	Завтрак							
	каша молочная пшеница	210	4,59	4,79	20,8	144,79	табл. №4 сб. 2004г	
	бутерброд с маслом 10/20	30	1,32	10,8	8,16	138	1	
	чай с молоком	200	5,04	4,50	16,44	123,93	54-2	
	фрукт свежий	250	2,25	0,50	20,25	92,50	пром. произ-во	
	Обед							
салат степной	100	2,80	8,60	3,80	106,00	25		
суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,60	3,29	19,17	117,59	140		
плов из мяса птицы	220	29,92	8,89	36,56	346,50	492		
кисель плодово-ягодный	200	0,40	0,00	33,80	142,00	648		
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во		
хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во		
Итого завтрак+обед	1525	53,14	41,96	184,96	1348,13			
Завтрак								
каша молочная сборная	210	4,59	4,79	20,8	144,79	168		
яйцо отварное	45	5,08	4,60	0,28	63,00	337		
кофейный напиток с молоком	200	2,5	3,6	34,44	182,4	54-23		
батон нарезной	30	4,11	0,47	19,89	107,1	пром. произ-во		
пряник	39	2,22	0,35	29,95	129,09	пром. произ-во		
Обед								
салат из свежих огурцов	100	0,83	1	2,5	14,12	54-23		
суп картофельный гороховый с гречками	270	9,01	6,2	22,01	179,8	148		
запеканка картофельная с мясом	210	21	20,58	34,65	415,8	478		
компот из сухофруктов	200	0,02	0,00	16,16	62,78	54-2хн		
хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	пром. произ-во		
хлеб ржаной	40	3,04	0,32	19,68	93,76	пром. произ-во		
Итого завтрак+обед	1384	55,44	42,23	220,04	1486,40			
Завтрак								
каша молочная дружба	205	4,59	4,79	20,8	144,79	табл. №4 сб. 2004г		
бутерброд с маслом	30	1,32	10,8	8,16	138	1		
чай с молоком	200	5,04	4,50	16,44	123,93	54-2		
кондитерское изделие (пирожное полоска)	40	1,6	5,6	21,6	136,8	пром. произ-во		
Обед								
салат из свежей капусты с яблоком	60	0,78	2,4	6,84	50,4	42		
рассольник со сметаной и мясом	280	3,23	4,85	21,65	145,38	132		
рагу из птицы	230	14,49	11,27	22,31	255,3	489		
компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	12,90	49,31	372		
Завтрак								
Обед								
Итого завтрак+обед	200	0,16	0,16	12,90	49,31	372		
Итого завтрак+обед	1384	55,44	42,23	220,04	1486,40			

понеделник 2 неделя	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,80	пром. произ-во	
	Хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во	
	Итого завтрак+обед		1310	35,43	44,99	156,83	1178,21	
	Завтрак							
	каша молочная геркулесовая	205	4,59	4,79	20,8	144,79	табл. №4 сб. 2004г	
	горячий бутерброд с сыром	55	8,07	12,27	14,97	205,99	10	
	какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	693	
	фрукт свежий	250	2,25	0,5	20,25	92,5	пром. произ-во	
	Обед							
	салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,48	4,80	2,46	53,82	20	
борщ из свежей капусты	270	7,7	7,6	13,55	137,06	110		
биточки мясные с соусом	90	14,4	13,73	15,17	240,39	пром. произ-во		
макаронны отварные	150	5,3	4,91	32,81	196,8	332/516		
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн		
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во		
хлеб ржаной	25	1,38	0,25	8,01	47,5	пром. произ-во		
Итого завтрак+обед		1535	51,55	54,09	181,68	1405,97		
вторник 2 неделя	Завтрак							
	запеканка из творога со ступенным молоком	85	9,42	7,25	15,49	180,50	366	
	каша молочная пшеница	210	4,59	4,79	20,8	144,79	табл. №4 сб. 2004г	
	чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн	
	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во	
	Обед							
	винегрет овощной	100	0,77	5,57	4,2	70,22	71	
	суп "Бабушкин"	250	7,44	7,19	13,94	147,3	86	
	рыба тушеная с овощами	100	9,96	4,76	2,48	104,08	374	
	картофельное пюре	150	3,52	5,70	22,21	154,36	520	
компот из кураги с виг С	200	0,02	0,00	16,16	62,78	54-2гн		
хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	пром. произ-во		
хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во		
Итого завтрак+обед		1400	43,18	36,17	147,34	1121,41		
среда 2 неделя	Завтрак							
	каша молочная манная	205	6,66	7,67	24,35	192,14	табл. №4 сб. 2004г	
	бутерброд с маслом	30	1,32	10,8	8,16	138	1	
	кофейный напиток с молоком	200	2,5	3,6	34,44	182,4	54-23	
	кондитерское изделие	60	4,54	12,98	41,52	304,86	пром. произ-во	
	Обед							
	салат из свежих помидоров и перца	60	0,6	4,26	2,52	51,6	22	
	щи из свежей капусты	250	5,86	7,02	7,12	115,29	123	
	плов из мяса	200	17,2	8,4	42,8	324	443	
	компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	12,90	49,31	372	
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во		
хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во		
Итого завтрак+обед		1270	43,06	55,48	199,79	1494,42		

Четверг 2 недели	Завтрак								
	каша молочная кукурузная	210	4,59	4,79	20,8	144,79	табл. №4 сб. 2004г		
	булгур с маслом	30	1,32	10,8	8,16	138	1		
	чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн		
	фрукт свежий	150	0,6	0	16,95	69	пром. произ-во		
	Обед								
	салат из свежих огурцов	100	0,83	1	2,5	14,12	54-2з		
	суп "Кудрявый"	258	5,11	6,64	19,62	138,6	80		
	мясо тушеное с соусом	100	15,3	5,9	3,9	132	433		
	каша гречневая	150	8,25	6,38	35,93	196,39	520/534		
	компот из сухофруктов	200	0,02	0,00	16,16	62,78	54-2хн		
	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	пром. произ-во		
	хлеб ржаной	35	1,94	0,35	11,22	66,5	пром. произ-во		
	Итого завтрак+обед	1463	40,44	36,10	156,40	1079,30			