

**27.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Каша манная молочная жидкая</b> <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-254, Бел-8, Жир-10, Угл-33	21-98
20	<b>Сыр порциями</b>	кКал-138, Бел-11, Жир-11, А-84	20-36
1/50	<b>Яйцо вареное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5	12-08
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	22-75
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-740, Бел-33, Жир-29, Угл-88, А-84	<b>81-41</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Свежие огурцы (порции)</b>	кКал-61, Жир-6, Угл-1	17-33
200/15	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Перец ч.м</i>	кКал-144, Бел-8, Жир-6, Угл-14	39-51
50/25	<b>Гуляши из отварной говядины</b> <i>Говядина, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Зелень суш, Перец ч.м</i>	кКал-161, Бел-16, Жир-8, Угл-6	100-2
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-1 001, Бел-37, Жир-6, Угл-201	11-95
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 687, Бел-69, Жир-26, Угл-282	<b>195-71</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	30-24
100	<b>Ватрушка с конфитюром</b>	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	56
150	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-71, Угл-15	41-04
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-388, Бел-10, Жир-6, Угл-155	<b>127-28</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2 815, Бел-112, Жир-61, Угл-525, А-84	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав.  
производством \_\_\_\_\_

## 28.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Котлета "Домашняя"</b>	кКал-199, Бел-12, Жир-13, Угл-6	<b>64-97</b>
1/200	<b>Сок 0,2 л. фруктовый</b>	кКал-43, Угл-11	<b>27-13</b>
150	<b>Гречка отварная с маслом</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-264, Бел-9, Жир-5, Угл-45	<b>22-77</b>
200/10	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-63, Угл-16	<b>5-63</b>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-88, Бел-3, Угл-18	<b>2-65</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-657, Бел-24, Жир-18, Угл-96	<b>123-15</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Кукуруза в зернах консервированная</b>	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	<b>12-43</b>
200	<b>Рассольник со сметаной</b> <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные /360гр/, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Сметана 15%, Приправа, Перец ч.м, Зелень суш, Лист лавровый</i>	кКал-180, Бел-5, Жир-8, Угл-23	<b>26-71</b>
10	<b>Мясо отварное</b>	кКал-254, Бел-26, Жир-17	<b>15-14</b>
80/30	<b>Рыба тушеная с овощами</b> <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-124, Бел-16, Жир-4, Угл-5	<b>70-96</b>
150	<b>Пюре картофельное, масло сливочное</b> <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-125, Бел-3, Жир-8, Угл-31	<b>43-9</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	<b>9-49</b>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-88, Бел-3, Угл-18	<b>2-65</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-8	<b>2-69</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-997, Бел-58, Жир-39, Угл-117	<b>183-97</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Кефир</b>	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	<b>31-15</b>
80	<b>Слойка с сыром</b>	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	<b>39</b>
1/200	<b>Сок 0,2 л. фруктовый</b>	кКал-43, Угл-11	<b>27-13</b>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-217, Бел-16, Жир-29, Угл-19	<b>97-28</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 871, Бел-98, Жир-86, Угл-232	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

**29.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Йогурт</b>	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	<b>33-75</b>
170	<b>Запеканка творожная</b> <i>Творог 9 % жирн., Крупа манная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Масло крестьянское, Сметана 15%, Молоко</i>	кКал-252, Бел-9, Жир-13, Угл-6, А-520, Е-1	<b>80-4</b>
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	<b>22-75</b>
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-71, Бел-2, Угл-15	<b>2-12</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-554, Бел-20, Жир-19, Угл-55, А-540, Е-1	<b>139-02</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Салат из свежих помидор</b>		<b>7-88</b>
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>Горох колотый, Картофель, Морковь, Зелень суш, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-108, Бел-2, Жир-4, Угл-15	<b>22-71</b>
75	<b>Голубцы (п/п)</b>	кКал-228, Бел-14, Жир-14, Угл-11	<b>39-38</b>
150	<b>Овощи тушеные</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	<b>43-54</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	<b>19-25</b>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-88, Бел-3, Угл-18	<b>2-65</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-73, Бел-2, Угл-8	<b>2-69</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-676, Бел-25, Жир-25, Угл-78	<b>138-1</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	<b>30-24</b>
75	<b>Кекс "Творожный"</b>		<b>56</b>
150	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-71, Угл-15	<b>41-04</b>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-169, Бел-3, Жир-3, Угл-113	<b>127-28</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 399, Бел-48, Жир-47, Угл-246, А-540, Е-1	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав.  
производством \_\_\_\_\_

**30.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Омлет натуральный</b> <i>Яйцо диетическое, Соль йодированная, Масло крестьянское, Молоко</i>	кКал-303, Бел-16, Жир-25, Угл-4	50-2
35	<b>Десерт творожный</b>		77-76
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	кКал-65, Угл-16	3-72
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-544, Бел-22, Жир-26, Угл-57	<b>136-97</b>
<b><u>Обед</u></b>			
40	<b>Свежий огурец (порция)</b>	кКал-12, Бел-1, Угл-2	10-5
200	<b>Борщ с картофелем, капустой со сметаной</b> <i>Свекла, Капуста, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная, Зелень суш, Приправа, Сметана 15%</i>	кКал-119, Бел-3, Жир-4, Угл-15	25-23
75/20	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>Печень говяжья ДП замороженная, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная 1с, Сметана 15%, Соль йодированная, Лук репчатый, Морковь, Зелень суш</i>	кКал-127, Бел-11, Жир-13, Угл-7, А-10	55-7
160	<b>Пюре картофельное, масло сливочное</b> <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-134, Бел-3, Жир-8, Угл-34	47-09
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> <i>Шиповник, Сахар-песок</i>	кКал-97, Бел-1, Угл-23	12-99
55	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-194, Бел-6, Жир-1, Угл-41	5-82
75	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-218, Бел-5, Жир-1, Угл-25	8-07
<b>Итого за Обед</b>		кКал-901, Бел-30, Жир-27, Угл-147, А-10	<b>165-4</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
80	<b>Слойка с сыром</b>	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	39
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	43-78
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-224, Бел-14, Жир-26, Угл-37	<b>102-03</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 669, Бел-66, Жир-79, Угл-241, А-10	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав.  
производством \_\_\_\_\_

**01.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Сосиски отварные п/п</b>	кКал-254, Бел-9, Жир-23, Угл-2	<b>73-9</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-1 001, Бел-37, Жир-6, Угл-201	<b>7-53</b>
15	<b>Сыр порциями</b>	кКал-104, Бел-8, Жир-8, А-63	<b>15-62</b>
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-60, Угл-15	<b>4-88</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	<b>4-24</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-1 560, Бел-59, Жир-37, Угл-248, А-63	<b>106-17</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Горошек зеленый консервированный</b> <i>горошек зеленый консервы /400гр/, масло подсолнечное дп, зелень суш</i>	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	<b>7-88</b>
200/15	<b>Суп картофельный с крупой</b> <i>Крупа гречневая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Картофель, Перец ч.м, Зелень суш, Приправа</i>		<b>25-93</b>
75/15	<b>Гуляш из отварной говядины</b> <i>Говядина, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Зелень суш, Приправа</i>	кКал-193, Бел-19, Жир-9, Угл-7	<b>122-1</b>
150	<b>Рис отварной</b> <i>Крупа рисовая, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-273, Бел-5, Жир-8, Угл-45	<b>10-98</b>
200	<b>Компот из плодов и ягод сушеных курага</b> <i>Курага, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-15	<b>14-74</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	<b>5-29</b>
70	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	<b>7-53</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-945, Бел-37, Жир-21, Угл-131	<b>194-45</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Бифилайф</b>	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4	<b>33-75</b>
100	<b>Плюшка Хабаровская</b>		<b>26-25</b>
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	<b>43-78</b>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-20	<b>103-78</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2 630, Бел-99, Жир-61, Угл-399, А-63	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

# 04.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Каша жидкая молочная из риса с маслом</b> <i>Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль йодированная, Масло крестьянское</i>	кКал-148, Бел-4, Жир-5, Угл-22	37-24
15	<b>Сыр порциями</b>	кКал-104, Бел-8, Жир-8, А-63	15-62
50	<b>Яйцо вареное</b>	кКал-62, Бел-5, Жир-5	11-84
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	21-33
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-563, Бел-25, Жир-21, Угл-70, А-63	<b>90-27</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Помидоры свежие (порции)</b>	кКал-12, Угл-3	6-78
200/15	<b>Суп-лапша (промыш. произв) с курицей</b> <i>Лук репчатый, Соль йодированная, Лапша, Морковь, Зелень суш, Масло подсолнечное ДП, Филе грудки</i>	кКал-109, Бел-2, Жир-5, Угл-14	26-73
70/20	<b>Бефстроганов из отварной говядины</b> <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Соль йодированная, Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Перец ч.м</i>	кКал-279, Бел-22, Жир-20, Угл-3	123-9
150	<b>Пюре гороховое</b> <i>Горох молотый, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-135, Бел-10, Жир-1, Угл-26	11-76
200	<b>Компот из изюма</b> <i>Изюм, Сахар-песок</i>	кКал-150, Бел-1, Угл-37	12-29
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
70	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 064, Бел-46, Жир-28, Угл-143	<b>194-28</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Кефир</b>	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	29-51
100	<b>Печень "Пломбир"</b>	кКал-454, Бел-7, Жир-18, Угл-66	49-3
150	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-71, Угл-15	41-04
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-642, Бел-10, Жир-21, Угл-88	<b>119-85</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2 269, Бел-81, Жир-70, Угл-301, А-63	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

**05.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
70/50	<b>Курица отварная с соусом</b> <i>Филе грудка, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Сметана 15%, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	кКал-174, Бел-5, Жир-6, Угл-27	72-98
160	<b>Гречка отварная с маслом</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-281, Бел-9, Жир-6, Угл-48	23-9
200	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-60, Угл-15	4-88
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-691, Бел-20, Жир-13, Угл-127	<b>107-05</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b> <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-81, Бел-1, Жир-7, Угл-3	19-34
200/20	<b>Суп картофельный с крупой, мясными фрикадельками</b> <i>Картофель, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Фрикадельки мясные, Крупа рисовая, Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-161, Бел-9, Жир-6, Угл-17	43-82
85	<b>Котлета рыбная (промышленного производства)</b> <i>Котлеты из рыбы, Масло подсолнечное ДП</i>		53-71
15	<b>Соус сметанный</b> <i>Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная</i>	кКал-371, Бел-7, Жир-25, Угл-29	2-23
160	<b>Пюре картофельное, масло сливочное</b> <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-134, Бел-3, Жир-8, Угл-34	45-92
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
70	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1148, Бел-29, Жир-47, Угл-148	<b>194-98</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	30-24
80	<b>Слойка с со сгущенным молоком</b>	кКал-398, Бел-8, Жир-15, Угл-57	45
1/200	<b>Сок 0,2 л. фруктовый</b>	кКал-43, Угл-11	27-13
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-539, Бел-11, Жир-18, Угл-166	<b>102-37</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2378, Бел-60, Жир-78, Угл-441	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

# 06.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Вареники с творогом (промышленного производства)</b> <i>Вареники с творогом, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-424, Бел-24, Жир-18, Угл-13	74-82
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <i>Ягода см, Сахар-песок, Крахмал картофельный</i>	кКал-85, Угл-21	25-2
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-580, Бел-26, Жир-18, Угл-49	<b>102-14</b>
<b><u>Обед</u></b>			
20	<b>Помидоры свежие (порции)</b>	кКал-9, Угл-3	5-43
200/15	<b>Борщ с картофелем, капустой со сметаной</b> <i>Свекла, Капуста, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная, Приправа, Перец ч.м, Говядина</i>	кКал-128, Бел-3, Жир-4, Угл-16	42-94
90	<b>Котлета куриная (п/п)</b> <i>Котлеты Куриные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-186, Бел-11, Жир-12, Угл-8	55-46
150	<b>Овощи тушеные</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Перец ч.м</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	43-83
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
70	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
<b>Итого за Обед</b>		кКал-881, Бел-29, Жир-25, Угл-113	<b>179-73</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Бифилайф</b>	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4	33-75
80	<b>Слойка с сыром</b>	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	45
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	43-78
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-182, Бел-16, Жир-29, Угл-21	<b>122-53</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 643, Бел-71, Жир-72, Угл-183	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



**07.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
125	<b>Десерт творожный</b>	кКал-498, Бел-14, Жир-36, Угл-29, А-203	<b>84</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-1 001, Бел-37, Жир-6, Угл-201	<b>7-53</b>
1/50	<b>Яйцо вареное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5	<b>12-08</b>
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	<b>22-75</b>
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-71, Бел-2, Угл-15	<b>2-12</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-1 777, Бел-62, Жир-50, Угл-270, А-203	<b>128-48</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Свежий огурец (порция)</b>	кКал-18, Бел-1, Угл-3	<b>15-75</b>
200/15	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Супа с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Перец ч.м</i>	кКал-144, Бел-8, Жир-6, Угл-14	<b>46-97</b>
150	<b>Жаркое по - домашнему</b> <i>Говядина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста /530 гр/, Соль йодированная, Морковь, Перец ч.м</i>	кКал-369, Бел-17, Жир-19, Угл-16	<b>88-54</b>
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	<b>8-79</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	<b>5-29</b>
70	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	<b>7-53</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 024, Бел-38, Жир-27, Угл-121	<b>172-87</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	<b>30-24</b>
80	<b>Эклер со сгущенным молоком</b>	кКал-284, Бел-7, Жир-15, Угл-30	<b>29-03</b>
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	<b>43-78</b>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-457, Бел-10, Жир-18, Угл-144	<b>103-05</b>
<b>Итого за</b>		кКал-3 258, Бел-110, Жир-95, Угл-535, А-203	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав.  
производством \_\_\_\_\_

# 08.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Каша молочная с крупой пшениной</b> <i>Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Масло крестьянское</i>	кКал-208, Бел-5, Жир-8, Угл-19	22-18
15	<b>Сыр порциями</b>	кКал-104, Бел-8, Жир-8, А-63	15-62
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	21-33
75	<b>Кекс "Вишневый"</b>	кКал-348, Бел-5, Жир-15, Угл-50	35
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-909, Бел-26, Жир-34, Угл-117, А-63	<b>98-37</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Кукуруза в зернах консервированная</b>	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-25
200\20	<b>Суп лапша с курицей</b> <i>Грудка куриная, Лук репчатый, Морковь, Зелень, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная 1с, Вода питьевая, Соль йодированная, Лапша, Зелень суш, Приправа, Перец ч м</i>	кКал-116, Бел-11, Жир-12, Угл-19	30-05
180	<b>Плов из отварной говядины</b> <i>Говядина, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Лук репчатый, Крупа рисовая, Соль йодированная</i>	кКал-377, Бел-15, Жир-29, Угл-30	110-76
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
<b>Итого за Обед</b>		кКал-887, Бел-37, Жир-44, Угл-120	<b>180-83</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Кефир</b>	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	29-56
80	<b>Эклер со сгущенным молоком</b>	кКал-284, Бел-7, Жир-15, Угл-30	35
220	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-103, Угл-22	60-19
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-504, Бел-10, Жир-18, Угл-59	<b>124-75</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2 300, Бел-73, Жир-96, Угл-296, А-63	<b>403-95</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

**11.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Шницель (п/п.)</b> <i>Шницель, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-177, Бел-11, Жир-12, Угл-6	63-76
160	<b>Гречка отварная с маслом</b> <i>Соль йодированная, Крупа гречневая, Масло крестьянское</i>	кКал-281, Бел-9, Жир-6, Угл-48	20-83
200/10	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-63, Угл-16	5-12
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-662, Бел-25, Жир-18, Угл-100	<b>93-95</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Помидоры свежие (порции)</b>	кКал-12, Угл-3	6-78
200	<b>Борщ с капустой и картофелем</b> <i>Свекла, Капуста, Морковь, Сахар-песок, Сметана 15%, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш., Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-111, Бел-2, Жир-7, Угл-11	28-92
15	<b>Мясо отварное</b>	кКал-381, Бел-39, Жир-25	22-72
65/60	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>Печень говяжья ДП замороженная, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная 1с, Сметана 15%, Соль йодированная, Лук репчатый, Морковь, Зелень суш., Перец ч.м</i>	кКал-167, Бел-15, Жир-18, Угл-9, А-14	58-4
150	<b>Пюре картофельное, масло сливочное</b> <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-125, Бел-3, Жир-8, Угл-31	43-04
200	<b>Компот из плодов и ягод сушеных курага</b> <i>Курага, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-15	14-74
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 050, Бел-64, Жир-58, Угл-101, А-14	<b>181-01</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
100	<b>Сосиска в слоенном тесте</b>	кКал-185, Бел-5, Жир-10, Угл-18	50
220	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-103, Угл-22	60-19
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-380, Бел-6, Жир-10, Угл-60	<b>129-44</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2 092, Бел-95, Жир-86, Угл-261, А-14	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

# 12.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Йогурт</b>	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	<b>33-75</b>
200	<b>Каша пшеничная на молоке с маслом</b> <i>Крупа пшеничная, Соль йодированная, Масло крестьянское, Молоко</i>	кКал-431, Бел-14, Жир-9, Угл-74	<b>21-19</b>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	<b>21-33</b>
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-88, Бел-3, Угл-18	<b>2-65</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-714, Бел-25, Жир-15, Угл-119, А-20	<b>78-92</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Свежий огурец (порция)</b>	кКал-18, Бел-1, Угл-3	<b>15-75</b>
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b> <i>Крупа рисовая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Картофель, Соль йодированная, Перец ч.м, Зелень суш, Приправа</i>		<b>23-63</b>
65	<b>Курица отварная</b>	кКал-175, Бел-13, Жир-13, Угл-1	<b>59-5</b>
150	<b>Овощи тушеные</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Перец ч.м, Зелень суш</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	<b>49-31</b>
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	<b>19-25</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-106, Бел-3, Угл-22	<b>3-18</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	<b>3-23</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-565, Бел-23, Жир-20, Угл-62	<b>173-85</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	<b>30-24</b>
200	<b>Круассан с джемом</b>		<b>61-2</b>
220	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-103, Угл-22	<b>60-19</b>
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-201, Бел-3, Жир-3, Угл-120	<b>151-63</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 480, Бел-51, Жир-38, Угл-301, А-20	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

# 13.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Шницель (п/п.)</b> <i>Шницель, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-177, Бел-11, Жир-12, Угл-6	63-76
150	<b>Рис отварной</b> <i>Крупа рисовая, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-273, Бел-5, Жир-8, Угл-45	10-98
200/10	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-63, Угл-16	5-12
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-619, Бел-19, Жир-20, Угл-89	83-04
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров с перцем</b> <i>Лук зеленый, Помидоры свежие, Перец сладкий, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-66, Бел-1, Жир-6, Угл-2	21-92
200/20	<b>Суп картофельный с крупой, мясными фрикадельками</b> <i>Картофель, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Фрикадельки мясные, Крупа рисовая, Приправа, Зелень суш, Перец ч.м</i>	кКал-161, Бел-9, Жир-6, Угл-17	43-18
70/10	<b>Рыба тушеная с овощами</b> <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-90, Бел-11, Жир-3, Угл-4	67-04
160	<b>Пюре картофельное, масло сливочное</b> <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-134, Бел-3, Жир-8, Угл-34	45-92
200	<b>Компот из изюма</b> <i>Изюм, Сахар-песок</i>	кКал-150, Бел-1, Угл-37	12-29
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-123, Бел-4, Угл-26	3-71
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
<b>Итого за Обед</b>		кКал-811, Бел-31, Жир-23, Угл-130	197-29
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	30-24
100	<b>Печенье "Апельсинка"</b>	кКал-454, Бел-7, Жир-18, Угл-66	50-05
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	43-78
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-627, Бел-10, Жир-21, Угл-180	124-07
<b>Итого за</b>		кКал-2 057, Бел-60, Жир-64, Угл-399	404-4

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

# 14.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Каша манная молочная жидкая</b> <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-254, Бел-8, Жир-10, Угл-33	24-04
15	<b>Сыр порциями</b>	кКал-104, Бел-8, Жир-8, А-63	15-62
1/50	<b>Яйцо вареное</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5	12-08
200	<b>Какао с молоком</b> <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	22-75
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-706, Бел-30, Жир-26, Угл-88, А-63	<b>78-73</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Горошек зеленый консервированный</b> <i>Горошек зеленый консервы /400гр/, Масло подсолнечное ДП, Зелень суш</i>	кКал-33, Бел-1, Жир-1, Угл-3	7-05
200/30	<b>Суп картофельный с рыбными консервами</b> <i>Сайра с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Перец ч.м</i>	кКал-154, Бел-9, Жир-7, Угл-15	47-3
60/10	<b>Бефстроганов из отварной говядины</b> <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Соль йодированная, Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Перец ч.м</i>	кКал-217, Бел-17, Жир-15, Угл-3	112-5
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-1 001, Бел-37, Жир-6, Угл-201	7-44
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	19-25
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 690, Бел-70, Жир-29, Угл-274	<b>199-95</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Кефир</b>	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	29-56
180	<b>Сочень с творогом</b>		52-38
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	43-78
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-192, Бел-3, Жир-3, Угл-23	<b>125-72</b>
<b>Итого за</b>		кКал-2 588, Бел-103, Жир-58, Угл-385, А-63	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

**15.07.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
70/50	<b>Курица отварная с соусом</b> <i>Филе грудки, Мука пшеничная 1с, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Сметана 15%, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	кКал-174, Бел-5, Жир-6, Угл-27	75-32
150	<b>Гречка отварная с маслом</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло крестьянское</i>	кКал-264, Бел-9, Жир-5, Угл-45	19-53
200/10	<b>Чай с сахаром, лимоном</b> <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-63, Угл-16	5-12
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
<b>Итого за Завтрак</b>		кКал-642, Бел-19, Жир-11, Угл-118	<b>104-21</b>
<b><u>Обед</u></b>			
25	<b>Свежий огурец (порция)</b>	кКал-8, Угл-1	6-56
200	<b>Борщ с картофелем, капустой со сметаной</b> <i>Свекла, Капуста, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная, Зелень суш. Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-119, Бел-3, Жир-4, Угл-15	25-49
70/100	<b>Азу</b> <i>Говядина, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста /530 гр/, Лук репчатый, Мука пшеничная 1с, Огурцы соленые, Картофель, Морковь, Соль йодированная</i>	кКал-389, Бел-21, Жир-22, Угл-27	145-88
200	<b>Кисель из свежих ягод</b> <i>Ягода с/м, Сахар-песок, Крахмал картофельный</i>	кКал-85, Угл-21	25-2
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
<b>Итого за Обед</b>		кКал-794, Бел-29, Жир-26, Угл-96	<b>209-54</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Молоко</b>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	30-24
40	<b>Пирожное "Кольцо заварное"</b>		16-63
160	<b>Яблоки свежие</b>	кКал-75, Угл-16	43-78
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-173, Бел-3, Жир-3, Угл-114	<b>90-65</b>
<b>Итого за</b>		кКал-1 609, Бел-51, Жир-40, Угл-328	<b>404-4</b>

Директор \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_