

"Согласовано" Руководитель образовательного учреждения
Директор МОАУ СОШ № 28 г.Орска Лазарева Н.А.

"Утверждаю" Генеральный директор ООО "КШП"
Кайдашова Л.Б.

21-дневное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в лагере дневного пребывания в городе Орск 2025 год

дни	Вид меню / Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,78	6,28	38,28	236,79	Лапшина 302
	Оладьи	94	6,00	5,00	36,90	227,70	ТТК 6385
	Молоко сгущенное на полив	15	1,08	1,28	8,33	49,10	пром. произ-во
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Батон нарезной	20	0,84	0,60	10,15	37,50	пром. произ-во
	Итого завтрак	534	14,79	13,18	105,67	599,70	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	220	9,68	3,34	39,48	226,37	Тутельян 81 ; 115
	Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	183	22,74	21,00	40,48	449,00	Лапшина 719
	Чай с лимоном	210	0,27	0,06	15,30	62,80	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
2 день	Итого обед	723	36,71	24,89	119,06	853,77	
	Итого за день	1257	51,50	38,07	224,73	1453,47	
	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным	205	7,74	7,10	34,25	231,87	Лапшина 302
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Сыр порциями	10	2,63	2,66	0,00	34,46	Тутельян 7
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,50	0,27	63,63	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,28	0,09	10,70	44,68	54-ген-2020
	Батон нарезной	30	1,25	0,90	15,23	56,25	пром. произ-во
	Итого завтрак	554	19,51	19,09	76,14	539,10	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,50	3,08	2,15	38,76	Лапшина 20
	Борщ из свежей капусты со сметаной	210	1,69	4,97	10,13	91,19	Тутельян 57
	Плов	205	11,11	17,26	43,47	372,33	Лапшина 443
3 день	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	13,45	54,54	Лапшина 699
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Пирожное	30	1,35	4,80	19,50	126,00	пром. произ-во
	Итого обед	755	18,39	30,62	111,42	792,42	
	Итого за день	1309,00	37,90	49,71	187,56	1331,52	
	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	16,06	7,79	20,57	216,83	Тутельян 237
	Макароны отварные с сыром и маслом	150	8,33	6,43	28,68	206,05	54-3г2020
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Батон нарезной	30	1,25	0,90	15,23	56,25	пром. произ-во
	Пирожное	34	1,50	4,33	17,66	116,00	пром. произ-во
	Итого завтрак	504	27,23	19,47	94,15	643,74	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
4 день	Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,28	12,84	Тутельян 71
	Суп-лапша домашняя "Бабушкин"	200	3,81	4,60	10,55	98,37	Лапшина 148
	Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	78/50	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,21	5,36	36,07	225,42	Лапшина 508
	Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	10,90	45,68	Лапшина 631
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	660	36,79	34,19	85,80	795,10	
	Итого за день	1164,00	64,02	53,66	179,95	1438,84	
	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						

	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	225,50	54-10-2020
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Чай с лимоном	210	0,27	0,06	15,30	62,80	Лапшина 686
	Батон нарезной	30	2,31	0,24	15,06	72,90	пром. произ-во,
		514	17,95	22,14	50,43	475,41	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Салат из свежих помидоров	60	0,61	3,10	3,15	42,90	Лапшина 19
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,49	2,80	10,15	71,56	Лапшина 132
	Запеканка картофельная с мясом и маслом	150	9,40	14,12	25,56	271,32	Лапшина 478
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	17,73	72,40	Лапшина 639
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Пирожное	34	1,50	4,33	17,66	118,00	пром. произ-во
		704	17,64	24,95	101,07	705,78	
		1218,00	35,59	47,09	151,50	1181,19	
5 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,86	5,83	33,87	215,34	Лапшина 302
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,50	0,27	63,63	Тутельян 213
	Сыр порциями	20	4,60	9,00	0,00	72,60	Тутельян 7
	Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,09	Лапшина 96
	Кофейный напиток	200	2,60	1,54	22,90	110,82	Лапшина 692
	Батон нарезной	30	2,31	0,24	15,06	72,90	пром. произ-во,
	Итого завтрак	510	21,81	28,36	72,23	601,38	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,06	1,50	26,44	Лапшина 16
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	220	9,68	3,34	39,48	226,37	Тутельян 81 ; 115
	Рыба, запеченная с соусом	80	11,47	7,50	1,98	121,34	Лапшина 363
	Рис с овощами	150	2,99	3,58	26,27	149,22	Тутельян 315
	Компот из свежих замороженных ягод	200	0,20	0,09	11,74	48,62	Тутельян 375
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Хлеб пшеничный из муки в/с	35	2,66	0,32	16,94	81,20	пром. произ-во
	Итого обед	775	29,46	17,22	110,21	713,19	
	Итого за день	1285,00	51,27	45,58	182,44	1314,57	
6 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Макароны отварные с сыром и маслом	180	9,99	7,70	34,40	247,15	54-3-2020
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,28	0,09	10,70	44,68	54-Сен-2020
	Йогурт в стакане (поштучно)	100	2,50	1,20	16,00	95,00	пром. произ-во
	Батон нарезной	40	3,08	0,32	20,08	97,2	пром. произ-во,
	Итого завтрак	520	15,85	9,31	81,18	484,03	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	210	1,70	5,40	7,20	84,00	Тутельян 67
	Гуляш	90	10,54	18,07	4,30	237,88	Лапшина 437
	Картофельное пюре	150	3,10	5,40	20,30	141,00	Лапшина 520
	Компот из свежих замороженных ягод	200	0,20	0,09	17,73	72,57	Тутельян 375
	Хлеб пшеничный из муки в/с	40	3,04	0,36	19,36	92,80	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	40	2,64	0,44	16,40	80,00	пром. произ-во
	Итого обед	790	21,64	29,76	86,37	714,25	
	Итого за день	1310,00	37,49	39,07	167,55	1198,28	
7 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Вареники с картофелем из п/ф с маслом	205	9,34	11,07	55,87	367,85	пром. про-во
	Сыр порциями	20	4,60	9,00	0,00	72,60	Тутельян 7
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Фрукты мытые поштучно	130	0,52	0,52	12,74	57,72	Тутельян 366
	Итого завтрак	585	16,83	20,88	95,14	616,38	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,28	12,84	Тутельян 71
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,73	3,82	12,30	90,27	Тутельян 76
	Плов из бройлерного цыпленка	225	24,00	28,00	55,00	561,00	Лапшина 492
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	20,72	84,38	Лапшина 639

	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	735	30,37	32,43	113,02	858,09	
	Итого за день	1320	47,20	53,31	208,16	1474,47	
8 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,78	6,28	38,28	236,79	Лапшина 302
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,50	0,27	63,63	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,30	0,09	7,84	33,37	54-6зн-2020
	Батон нарезной	40	3,08	0,32	20,08	97,20	пром. произ-во
	Итого завтрак	554	17,77	15,03	82,16	539,20	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,06	1,50	26,44	Лапшина 16
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,34	2,67	9,15	65,69	Лапшина 110
	Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	185	22,75	21,46	40,48	454,00	Лапшина 719
	Чай с лимоном	204	0,22	0,05	10,15	41,93	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Итого обед	709	29,05	26,84	88,10	717,66	
	Итого за день	1263	46,82	41,87	170,26	1256,86	
9 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Огурец порционно	40	0,28	0,00	0,72	4,00	Тутельян 71
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	225,50	54-10-2020
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Сыр порциями	10	2,32	2,95	0,00	35,83	Тутельян 7
	Батон нарезной	40	3,08	0,32	20,08	97,2	пром. произ-во
	Итого завтрак	504	20,72	25,13	51,80	519,35	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,28	12,84	Тутельян 71
	Суп картофельный с бобовыми и с гречкой	220	6,93	3,33	32,76	188,43	Тутельян 81
	Плов	205	11,11	17,26	43,47	372,33	Лапшина 443
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	30,70	124,30	Лапшина 639
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Итого обед	745	23,34	21,31	136,03	827,50	
	Итого за день	1249	44,06	46,44	187,83	1346,85	
10 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным	205	7,74	7,10	34,25	231,87	Лапшина 302
	Оладьи	105	6,00	4,00	40,00	268,00	ТТК 6363
	Молоко сгущенное на полив	15	1,08	1,28	8,33	49,10	пром. произ-во
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Батон нарезной	30	1,25	0,90	15,23	56,25	пром. произ-во
	Фрукты (поштучно)	130	0,52	0,52	12,74	57,72	
	Итого завтрак	685	16,68	13,82	122,56	711,55	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Салат из свежих помидоров	60	0,61	3,10	3,15	42,90	Лапшина 19
	Суп картофельный с домашней лапшой и курицей	220	7,51	5,04	22,80	161,22	Лапшина 143
	Гуляш	90	9,46	16,37	4,11	216,06	Лапшина 437
	Пюре гороховое	150	14,08	4,66	32,80	229,23	Лапшина 514
	Компот из свежих замороженных ягод	200	0,20	0,09	11,74	48,62	Тутельян 375
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	770	35,46	29,75	97,32	807,63	
	Итого за день	1455	52,14	43,57	219,88	1519,18	
11 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,78	6,28	38,28	236,79	Лапшина 302
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,50	0,27	63,63	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,30	0,09	7,84	33,37	54-6зн-2020
	Батон нарезной	30	1,25	0,90	15,23	56,25	пром. произ-во

	Мороженое (поштучно)	70	2,70	5,30	15,60	121,00	пром.произ-во
	Итого завтрак	614	18,64	20,91	92,91	619,25	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,50	3,08	2,15	38,76	Лапшина 20
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,34	2,67	9,15	65,69	Лапшина 110
	Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	128	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,21	5,36	36,07	225,42	Лапшина 508
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	20,72	84,38	Лапшина 639
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	788	34,36	35,04	94,09	827,04	
	Итого за день	1402	53,00	55,95	187,00	1446,29	
12 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	15,96	8,16	14,52	199,20	Лапшина 366
	Макароны отварные с сыром и маслом	100	5,65	4,37	19,10	138,49	54-3з-2020
	Чай с лимоном	210	0,27	0,06	15,30	62,80	Лапшина 686
	Батон нарезной	30	2,31	0,24	15,06	72,90	пром. произ-во,
	Фрукты мытые поштучно	130	0,52	0,52	12,74	57,72	Тутельян 368
	Итого завтрак	560	24,71	13,35	76,72	531,11	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,06	1,50	26,44	Лапшина 16
	Борщ "Сибирский" с фрикадельками	210	4,68	4,58	12,90	107,24	Лапшина 111-112
	Плов	200	13,93	10,47	43,50	310,30	Лапшина 443
	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,90	Лапшина 707
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Печенье	30	2,10	6,00	19,20	141,00	пром. произ-во
	Итого обед	740	26,35	23,89	122,10	792,48	
	Итого за день	1300	51,06	37,24	198,82	1323,59	
13 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,86	5,83	33,87	215,34	Лапшина 302
	Оладьи	92	6,10	5,30	42,00	237,60	
	Молоко сгущенное на полив	20	1,44	1,70	11,10	65,50	пром.произ-во
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Батон нарезной	30	2,31	0,24	15,06	72,90	пром. произ-во,
	Йогурт в стакане (поштучно)	100	2,50	1,20	16,00	95,00	пром.произ-во
	Итого завтрак	647	19,30	14,29	130,04	734,95	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,17	4,78	15,40	112,84	Тутельян 76
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	90	14,17	14,09	12,74	233,67	Лапшина 499
	Макароны отварные	150	7,10	3,91	32,81	187,78	Лапшина 516
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	20,72	84,38	Лапшина 639
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Итого обед	810	28,50	23,38	109,57	754,27	
	Итого за день	1457	47,80	37,67	239,61	1489,22	
14 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Омлет натуральный	130	11	15,6	2,86	195,4	54-1о-2020
	Блинчики	128	4,5	7,68	31,38	216,44	ТТК 6104
	Чай с лимоном	210	0,27	0,06	15,3	62,8	Лапшина 686
	Батон нарезной	40	3,08	0,32	20,08	97,2	пром.произв.
	Итого завтрак	508	18,85	23,66	69,62	571,8	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Салат из свежих помидоров	60	0,61	3,1	3,15	42,9	Лапшина 19
	Суп-лапша домашняя	220	6,87	6,89	10,78	132,07	Лапшина 148
	Гуляш	90	10,54	18,07	4,3	237,88	Лапшина 437
	Картофельное пюре	150	3,1	4,21	20,06	129,9	Лапшина 520
	Компот из свежих замороженных ягод	200	0,2	0,09	11,74	48,62	Тутельян 375
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Итого обед	780	25,58	32,96	76,85	720,97	

	Итого за день	1288,00	44,43	56,62	146,47	1292,81	
15 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	205	6,78	6,28	38,28	236,79	Лапшина 302
	Оладьи	94	6,00	5,00	36,90	227,70	ТТК 6385
	Молоко сгущенное на полив	15	1,08	1,28	8,33	49,10	пром. произ-во
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Батон нарезной	20	0,84	0,60	10,15	37,50	пром. произ-во
	Итого завтрак	534	14,79	13,18	105,67	599,70	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	220	9,68	3,34	39,48	226,37	Тутельян 81 ; 115
	Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	183	22,74	21,00	40,48	449,00	Лапшина 719
	Чай с лимоном	210	0,27	0,06	15,30	62,80	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	723	36,71	24,89	119,06	853,77	
	Итого за день	1257	51,50	38,07	224,73	1453,47	
16 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным	205	7,74	7,10	34,25	231,87	Лапшина 302
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Сыр порциями	10	2,63	2,66	0,00	34,46	Тутельян 7
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,50	0,27	63,63	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,28	0,09	10,70	44,68	54-6ен-2020
	Батон нарезной	30	1,25	0,90	15,23	56,25	пром. произ-во
	Итого завтрак	554	19,51	19,09	76,14	539,10	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,50	3,08	2,15	38,76	Лапшина 20
	Борщ из свежей капусты со сметаной	210	1,69	4,97	10,13	91,19	Тутельян 67
	Плов	205	11,11	17,26	43,47	372,33	Лапшина 443
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	13,45	54,54	Лапшина 699
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Пирожное	30	1,35	4,80	19,50	126,00	пром. произ-во
	Итого обед	755	18,39	30,62	111,42	792,42	
	Итого за день	1309,00	37,90	49,71	187,56	1331,52	
17 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	16,06	7,79	20,57	216,83	Тутельян 237
	Макароны отварные с сыром и маслом	150	8,33	6,43	28,68	206,05	54-3е2020
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Батон нарезной	30	1,25	0,90	15,23	56,25	пром. произ-во
	Пирожное	34	1,50	4,33	17,66	116,00	пром. произ-во
	Итого завтрак	504	27,23	19,47	94,15	643,74	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,28	12,84	Тутельян 71
	Суп-лапша домашняя "Бабушкин"	200	3,81	4,60	10,55	98,37	Лапшина 148
	Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	78/50	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,21	5,36	36,07	225,42	Лапшина 508
	Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	10,90	45,68	Лапшина 631
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	660	36,79	34,19	85,80	795,10	
	Итого за день	1164,00	64,02	53,66	179,95	1438,84	
18 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр.группа)						
	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	225,50	54-10-2020
	Блинчики	64	2,25	3,84	15,69	108,21	ТТК 6103
	Чай с лимоном	210	0,27	0,06	15,30	62,80	Лапшина 686
	Батон нарезной	40	3,08	0,32	20,08	97,2	пром. произ-во,
		524	18,72	22,22	55,45	499,71	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр.группа)						
	Салат из свежих помидоров	60	0,61	3,10	3,15	42,90	Лапшина 19

	Рассольник "Ленинградский"	200	1,49	2,80	10,15	71,56	Лапшина 132
	Запеканка картофельная с мясом и маслом	150	9,40	14,12	25,56	271,32	Лапшина 478
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	17,73	72,40	Лапшина 639
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Пирожное	34	1,50	4,33	17,66	118,00	пром. произ-во
		704	17,64	24,95	101,07	705,78	
		1228,00	36,36	47,17	156,52	1205,49	
19 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,86	5,83	33,87	215,34	Лапшина 302
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,36	4,50	0,27	63,63	Тутельян 213
	Сыр порциями	20	4,60	9,00	0,00	72,60	Тутельян 7
	Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,09	Лапшина 96
	Кофейный напиток	200	2,60	1,54	22,90	110,82	Лапшина 692
	Батон нарезной	30	2,31	0,24	15,06	72,90	пром. произ-во
	Итого завтрак	510	21,81	28,36	72,23	601,38	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,06	1,50	26,44	Лапшина 16
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	220	9,68	3,34	39,48	226,37	Тутельян 81 ; 115
	Рыба, запеченная с соусом	80	11,47	7,50	1,98	121,34	Лапшина 383
	Рис с овощами	150	2,99	3,58	26,27	149,22	Тутельян 315
	Компот из свежих замороженных ягод	200	0,20	0,09	11,74	48,62	Тутельян 375
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	30	1,98	0,33	12,30	60,00	пром. произ-во
	Хлеб пшеничный из муки в/с	35	2,66	0,32	16,94	81,20	пром. произ-во
	Итого обед	775	29,46	17,22	110,21	713,19	
	Итого за день	1285,00	51,27	45,58	182,44	1314,57	
20 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Макароны отварные с сыром и маслом	180	9,99	7,70	34,40	247,15	54-38-2020
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,28	0,09	10,70	44,68	54-68-2020
	Йогурт в стакане (поштучно)	100	2,50	1,20	16,00	95,00	пром. произ-во
	Батон нарезной	40	3,08	0,32	20,08	97,2	пром. произ-во
	Итого завтрак	520	15,85	9,31	81,18	484,03	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Огурец порционно	60	0,42	0,00	1,08	6,00	Тутельян 71
	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	210	1,70	5,40	7,20	84,00	Тутельян 67
	Гуляш	90	10,54	18,07	4,30	237,88	Лапшина 437
	Картофельное пюре	150	3,10	5,40	20,30	141,00	Лапшина 520
	Компот из свежих замороженных ягод	200	0,20	0,09	17,73	72,57	Тутельян 375
	Хлеб пшеничный из муки в/с	40	3,04	0,36	19,36	92,80	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	40	2,64	0,44	16,40	80,00	пром. произ-во
	Итого обед	790	21,64	29,76	86,37	714,25	
	Итого за день	1310,00	37,49	39,07	167,55	1198,28	
21 день	Лагерь дневного пребывания завтрак (младшая возр. группа)						
	Вареники с картофелем из п/ф с маслом	205	9,34	11,07	55,87	367,85	пром. про-во
	Сыр порциями	20	4,60	9,00	0,00	72,60	Тутельян 7
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Фрукты мытые поштучно	130	0,52	0,52	12,74	57,72	Тутельян 368
	Итого завтрак	585	16,83	20,88	95,14	616,38	
	Лагерь дневного пребывания обед (младшая возр. группа)						
	Помидоры порционно	60	0,66	0,12	2,28	12,84	Тутельян 71
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,73	3,82	12,30	90,27	Тутельян 76
	Плов из бройлерного цыпленка	225	24,00	28,00	55,00	561,00	Лапшина 492
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	0,00	20,72	84,38	Лапшина 639
	Хлеб пшеничный из муки в/с	30	2,28	0,27	14,52	69,60	пром. произ-во
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	20	1,32	0,22	8,20	40,00	пром. произ-во
	Итого обед	735	30,37	32,43	113,02	858,09	
	Итого за день	1320	47,20	53,31	208,16	1474,47	
итого за 21 день		27150,00	990,01	972,42	3958,67	28483,78	
итого в день		1292,8571	47,143333	46,305714	188,5081	1356,370476	
Среднесуточные нормы по СанПИН			77,00	79,00	335,00	2350,00	
% От суточной нормы			61%	59%	56%	58%	