

Администрация
города Камышина

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

«КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

403874 Волгоградская область город Камышин, улица Терешковой дом 23, телефон 2-31-91

ТВЕРЖДАЮ:
Директор МУНОП «Комбинат
социального питания»
Ч.И.САДЫХОВ

Директор МБОУ СШ№9 _____

Директор МБОУ СШ№10 _____

Директор МБОУ СШ№14 _____

Директор МБОУ СШ№16 _____

Директор МБОУ СШ№17-а _____

Директор МБОУ СШ№18 _____

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СШ№1 _____

Директор МБОУ СШ№4 _____

Директор МБОУ СШ№5 _____

Директор МБОУ СШ№6 _____

Директор МБОУ СШ№7 _____

ПРИМЕРНОЕ ДНЕВНОЕ МЕНЮ на 18 дней

для детей школьного возраста с дневным пребыванием на базе Муниципальных бюджетных образовательных учреждений городского округа-город Камышин в период летних каникул по программе оздоровления июнь 2023г./ трехразовое питание на 173,33руб. /с 01/06 - 22/06 2023г./



Директор МУПОП "Комбинат
социального питания" Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецепту ры	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергет ическа я
			белки	жиры	углевода	
1 - день						
Завтрак						
149/96	Каша молочная манная с маслом	200/10гр.	8,09	21,07	36,98	345
3-97г	Бутерброд с сыром	30/50гр.	12,92	18,56	26,11	285,88
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		21,41	39,73	84,69	714,28
Обед *						
136/96	Суп рисовый скартофелем с тушенкой	25/230г.	17,6	9,97	25	238
401/96	Гуляш из говядины	35/45гр.	12,367	12,53	32,445	271,67
463/96	Каша гречневая	150г.	11,2	14,4	24	404
сб/96	Икра кабачковая	30г.	0,4	0,05	0,8	88
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		49,367	37,97	163,45	1354,4
Полдник						
702/97	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
408/20	Булочка "Сдоба Выборгская"	100г.	0,67	0,99	18,11	322,3
	Итого		1,27	0,99	49,51	446,3
	Всего		72,047	78,69	297,65	2515

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

рецептур ы	Наименование блюд	порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергетическая ценность
			белки	жиры	углевода	
2 - день						
Завтрак						
449/96	Плов с мясом птицы	60/140гр.	17,205	48	38,78	400,52
182/20	Булочка Молочная	50гр.	4,64	0,99	26,11	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		22,25	49,09	86,49	615,92
Обед						
110/96	Борщ из свежей капусты с говядиной	22/230г.	9,05	9,45	23,7	284
413/96	Шницель рубленый с соусом № 528	70/15гр.	23,8	16,4	33,1	257
464/96	Каша пшенная вязкая	150г.	2,322	4,29	20,5	150,155
сб/96	Икра кабачковая	35г.	0,4	0,05	0,8	88
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		43,37	31,22	159,3	1131,9
Полдник						
168-20	Булочка Домашняя	100гр.	2,63	10,4	29,8	308,3
591/96	Кисель из концентрата	200г.	0,01	0,01	27	112
	Итого		2,64	10,41	56,8	420,3
	Всего		68,26	90,72	302,59	2168,1



Директор МУПОП "Комбинат
социального питания" Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			ческая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
3 - день						
Завтрак						
682/96	Оладьи со сметанным соусом	150/30г.	32,8	32,9	56,5	538
642-96	Какао с молоком	200г.	5,8	5,8	34,4	205,6
	Итого		38,6	38,7	90,9	743,6
Обед						
138/96	Суп гороховый с колбасой п/копченой	50/230гр.	11,8	12,5	26,7	265,7
423/96	Тефтели в соусе №528	70/45гр.	21	35,32	24,28	365,4
469/96	Макаронные изделия отварные	150гр.	5,475	4,98	4,87	201,5
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		46,08	53,83	137,1	1185
Полдник						
533-2003	Ватрушка с сыром	100г.	10,26	15,2	25,2	305,4
сб./96	Сок	200г.	0,6	0	8	44
	Итого		10,86	15,2	33,2	349,4
	Всего		95,54	107,7	261,2	2278

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

М Е Н Ю

Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием
лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергети ческая ценност ь ккал
			белки	жиры	углевода	
4 - день						
Завтрак						
149/96	Каша молочная "Дружба" с маслом	175/10гр.	3,465	2,18	31,37	286,5
182/20	Булочка Молочная	50гр.	4,64	0,99	26,1	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		8,505	3,27	79,08	501,9
Обед						
131/96	Суп картофельный с курицей	35/230гр.	16,25	25,7	53,5	295,3
375/96	Бефстроганов из говядины	45/45гр.	15,5	12,4	23,3	287
463/96	Рис отварной вязкий	150г.	6	15	59,5	400
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,63	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		45,6	54,2	217	1335
Полдник						
№001	Булочка Маковка	100гр.	2,63	10,4	29,8	238,3
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
сб.96г.	Сок	200гр.	0,56	0,56	13,7	61,6
	Итого		3,59	11,1	65,1	383,3
	Всего		57,7	68,5	362	2220



Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием
лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергети ческая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
5 день						
Завтрак						
679/96	Блинчики со сгущенным молоком	100/40гр	33,22	36,64	83,88	495,2
642-96	Какао с молоком	200г.	5,8	5,8	34,4	205,6
	Итого		39,02	42,44	118,3	700,8
Обед						
сб./96	Суп сырный с куриной грудкой	45/230гр	8,745	5,83	17,23	352,6
443/96	Рагу с окорочками	70/130г.	17,85	16	71	339,7
сб/96	Овощи порционные /огурец солёный/	60г.	1,6	0,2	5,2	28
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		35,99	23,055	174,6	1073
Полдник						
591/96	Кисель из концентрата	200г.	0,01	0,01	27	112
сб.96г.	Сок	200гр.	0,56	0,56	13,72	61,6
ттк/20	Булочка Сладкая	100г.	3,83	5,04	50,52	273,9
	Итого		4,4	5,61	91,24	447,5
	Всего		79,41	71,105	384,2	2221



Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции с 7 11 лет.	пищевые вещества			энергети ческая ценност ь ккал
			белки	жиры	углевода	
6 - день						
Завтрак						
149/96	Каша молочная рисовая с маслом	200/6гр.	6	4,07	19,3	226
3-97г.	Бутерброд с сыром	25/50гр.	13,02	18,96	27,11	291,4
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
Итого			19,42	23,13	68,01	600,8
Обед						
120/96	Щи из свежей капусты с говядиной	25/230г.	9,6	7,2	14	263,1
416/96	Биточки в соусе №528	80/45гр.	10,65	10,5	35,9	258,9
464/96	Каша пшеничная вязкая	150г.	2,322	4,29	20,5	150,16
сб/96	Икра кабачковая	25г.	0,4	0,05	0,8	88
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
Итого			30,77	23,065	152,4	1113
Полдник						
685-96	Пирожок с повидлом	100гр.	10,26	15,2	25,2	305,4
585/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	29	111,2
Итого			10,86	15,2	54,2	416,6
Всего			61,05	61,395	274,6	2130

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			энергетич еская ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
7 - день						
Завтрак						
292/96	Вареники ленивые со сметанным соусом	190/10гр.	17,93	11,73	63,34	411
629-96г.	Чай с лимоном и сахаром	200/7/15гр	3,12	2,66	14,18	93,34
	Итого		21,05	14,39	77,52	504,34
Обед						
135/96	Суп с фрикадельками	30/230г.	8,745	5,83	20,7	252,64
ттк-20г.	Жаркое из мяса птицы	50/120г.	17,78	26,22	29,83	471,2
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		34,325	33,08	131,73	1076,6
Полдник						
695/96	Ватрушка с повидлом	75г.	10,27	19,43	63,75	332,3
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		10,87	19,43	95,15	456,3
	Всего		66,245	66,9	304,4	2037,2

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием
лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергети ческая ценность
			белки	жиры	углевода	
8 - день						
Завтрак						
284/96	Омлет натуральный	150гр.	12,35	18	2,6	224,6
сб.96г.	Кукуруза консервированная	40гр.	0,18	0,06	1,26	5,97
182/20	Булочка Молочная	50г.	4,64	0,99	26,11	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		17,57	19,15	51,57	446
Обед						
139/96	Суп вермишелевый с куриной грудкой	37/230г.	11,8	12,5	26,7	265,7
450/96	Окорочка тушеные в соусе №528	100/10гр	25	4,9	20,9	275,3
463/96	Рис отварной вязкий	150г.	6	15	29,5	400
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		50,6	33,425	158,3	1294
Полдник						
ОУОП-96	Плюшка Новомосковская	100гр.	1,15	30,44	40,64	286,3
с.567/9	Сок	200гр.	0,9	0	23,9	111
	Итого		2,05	30,44	64,54	397,3
	Всего		70,22	83,015	274,41	2137



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МУПО "Комбинат
 социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием
 лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергети ческая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
9 - день						
Завтрак						
149/96	Каша молочная пшениная с маслом	200/10гр.	8,09	14,07	36,98	345
3-97г.	Бутерброд с сыром	30/50гр.	13,02	18,96	27,11	291,4
329/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		21,51	33,13	85,69	719,8
Обед						
138/96	Суп гороховый с колбасой п/копченой	50/230гр.	11,8	12,5	26,7	265,7
сб/96	Ежики мясные с сыром	60/10г.	20,1	11,8	86,6	328
464/96	Каша ячневая вязкая	180г.	2,322	4,29	20,5	150,16
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		42,022	29,62	215	1097
Полдник						
153/20	Корж Молочный	75гр.	14,24	20,1	65,3	312,8
329/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
с.567/9	Сок	200гр.,	2,3	0	21	95
	Итого		16,94	20,2	107,9	491,2
	Всего		80,472	82,945	408,59	2307,6



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП "Комбинат социального питания" Ч.И.САДЫХОВ
МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
	. 10- день					
	Завтрак					
679/96	Блинчики с повидлом	100/40гр	33,22	36,64	53,88	495,2
629-96г.	Чай с лимоном и сахаром	200/10/15г	3,12	2,66	14,18	93,34
	Итого		36,34	39,3	68,06	588,54
	Обед					
135/96	Суп с фрикадельками	27/230г.	7,64	5,13	19,2	232,24
460/96	Котлета из куриной грудки с соусом №528	70/30гр.	17,205	48	38,78	400,52
469/96	Макаронные изделия отварные	180гр.	3,65	3,32	23,25	141
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		36,295	57,475	162,43	1126,5
	Полдник					
645/96	Йогурт питьевой 1,5%	230г.	6	2,5	16,8	80
ттк-12	Пицца	100г.	20,26	10,37	25,92	316,97
	Итого		26,26	12,87	42,72	396,97
	Всего		98,895	109,65	273,21	2112

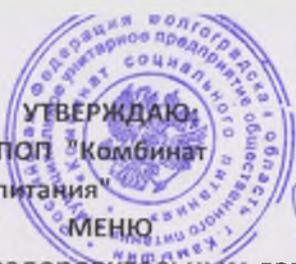


Директор МУПОП «Комбинат
социального питания»

Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			еская ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
11 - день						
Завтрак						
149/96	Каша молочная манная с маслом	200/10гр.	8,09	21,07	36,98	345
182/20	Булочка Молочная	50г.	4,64	0,99	26,11	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		13,13	22,16	84,69	560,4
Обед						
195/96	Суп с клецками и куриной грудкой	40/230гр.	6,8	12,5	16,7	265,7
413/96	Шницель с соусом №528	100/30гр.	58,4	16,4	33,1	257
472/96	Картофельное пюре	150гр.	5,2	13,7	36,2	315
сб/96	Икра кабачковая	40г.	0,4	0,05	0,8	88
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		78,6	43,68	168	1278,5
Полдник						
ттк/20	Булочка Сладкая	100гр.	3,83	5,04	50,52	273,9
591/96	Кисель из концентрата	200г.	0,01	0,01	27	112
	Итого		3,84	5,05	77,52	385,9
	Всего		95,57	70,89	330,2	2224,8



Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			кал ценность
			белки	жиры	углевода	
12 - день						
682/96	Оладьи со сгущенным молоком	150/50г.	32,8	32,9	56,5	538
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		33,2	33	78,1	621,4
Обед						
131/96	Суп картофельный с тушенкой	30/230гр	16,25	25,7	53,5	295,3
401/96	Гуляш из говядины	45/50гр.	12,37	12,525	32,45	271,7
463/96	Каша гречневая рассыпчатая	150г.	11,2	14,4	24	404
сб/96	Овощи порционные /огурец солёный/	60г.	1,6	0,2	5,2	28
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		49,22	53,85	196,3	1352
Полдник						
701/96	Котлета куриная запеченная в тесте	50/50гр.	23,63	31,3	58,9	356,1
629-96г.	Чай с лимоном и сахаром	200гр.	3,12	2,66	14,18	93,34
	Итого		26,75	33,96	73,08	449,4
	Всего		109,2	120,81	347,5	2423



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

рецептур ы	Наименование блюд	масса порции с 7- 11 лет.	пищевые вещества			энергетич еская ценность
			белки	жиры	углевода	
13 - день						
149/96	Каша молочная рисовая с маслом	150/10гр	6	4,07	19,3	226
3-97г.	Бутерброд с сыром	30/50гр.	12,92	18,56	26,11	285,9
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		19,32	22,73	67,01	595,3
	Обед					
136/96	Суп пшеничный с картофелем и тушенкой	30/230г.	14	9,6	25	260,7
444/96	Мясо птицы тушеное в соусе	50/45гр.	14,31	12,34	22,35	350
317/96	Гороховое пюре	150г.	18,8	9,2	44,6	340
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,8
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		54,91	32,17	173,15	1303,5
	Полдник					
645/96	Йогурт питьевой 1,5%	230г.	6	2,5	16,8	80
408/20	Булочка "Сдоба Выборгская"	100г.	0,67	0,99	18,11	322,3
	Итого		6,67	3,49	34,91	402,3
	Всего		80,9	58,39	275,07	2301,1



Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			энергетич еская ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
14 - день						
Завтрак						
285/96	Омлет натуральный с маслом	120/5гр.	12,35	18	2,6	224,6
сб.96г.	Кукуруза консервированная	40гр.	0,18	0,06	1,26	5,97
182/20	Булочка Молочная	50гр.	4,64	0,99	26,11	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		17,57	19,15	51,57	445,97
Обед						
120/96	Щи из свежей капусты с тушенкой	25/230г.	7,6	5,2	12,5	223,1
403/96	Плов с мясом	45/135г.	24,18	48	59,925	510,1
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		39,58	54,23	153,63	1086
Полдник						
ОУОП-96	Плюшка Новомосковская	100гр.	1,15	30,44	40,64	286,3
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		1,75	30,44	72,04	410,3
	Всего		58,9	103,8	277,24	1942,2

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием
лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			ская ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
15 - день						
297/96	Запеканка творожная со сгущенным молоком	180/20гр.	17,93	11,73	63,34	411
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
	Итого		18,33	11,83	84,94	494,4
	Обед					
139/96	Суп вермишелевый с куриной грудкой	40/230г.	11,8	12,5	26,7	265,7
450/96	Окорочка тушеные в соусе №528 *	100/10гр	25	4,9	20,9	275,3
464/96	Каша пшениная вязкая	150г.	2,322	4,29	20,5	150,155
сб/96	Икра кабачковая	40г.	0,52	0,1	1,1	108
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		47,442	22,82	150,4	1151,9
	Полдник					
591/96	Кисель из концентрата	200г.	0,01	0,01	27	112
685-96	Пирожок сдобный с повидлом	100г.	10,26	15,2	25,2	305,4
	Итого		10,27	15,21	52,2	417,4
	Всего		76,042	49,86	287,54	2063,7

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания"

Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето
2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептур ы	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
16 день						
Завтрак						
278/96	Лапшевник с творогом и с повидлом	150/30гр.	8,69	5,67	31,4	334
629-96г.	Чай с лимоном	200/15/15гр	3,12	2,66	14,18	93,34
	Итого		11,81	8,33	45,58	427,34
Обед						
сб./96	Суп сырнй с куриной грудкой	40/230гр	8,745	5,83	17,23	352,64
443/96	Рагу с окорочками	70/130гр.	17,845	16	71	339,7
сб/96	Овощи порционные /огурец соленый/	45г.	1,6	0,2	5,2	28
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
	Итого		35,99	23,055	174,63	1073,1
Полдник						
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
сб.96г.	Сок	200гр.	0,9	0,2	8,1	36
ТТК-2010	Булочка Домашняя	100гр.	2,63	10,4	29,8	308,3
	Итого		4,13	10,6	69,3	468,3
	Всего		51,93	41,985	289,51	1968,7

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУПОП "Комбинат
социального питания" Ч.И.САДЫХОВ

МЕНЮ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием
лето 2023г. /с 01-22 июня 1-я смена/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
17 - день						
Завтрак						
149/96	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5гр.	13,465	22,18	51,37	286,5
182/20	Булочка Молочная	50гр.	4,64	0,99	36,11	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
Итого			18,505	23,27	109,08	501,9
Обед						
195/96	Суп с клецками и куриной грудкой	30/230гр.	6,8	12,5	16,7	265,7
375/96	Бефстроганов из говядины	45/45гр.	15,51	12,43	23,29	287
469/96	Макаронные изделия отварные	180гр.	3,65	3,32	23,25	141
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
Итого			33,76	29,28	144,44	1046,5
Полдник						
№001	Булочка Маковка	100гр.	12,63	10,4	29,8	238,3
сб.96г.	Сок	200гр.	0,9	0,2	8,1	36
Итого			13,53	10,6	37,9	274,3
Всего за день			65,8	63,15	291,42	1822,7



Директор МУПОП "Комбинат социального питания" Ч.И.САДЫХОВ

по детским оздоровительным лагерям с дневным пребыванием лето 2023г. /с 01-22 июня - 1-я смена/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции с 7-11 лет.	пищевые вещества			энергетическая ценность ккал
			белки	жиры	углевода	
18 - день						
Завтрак						
ттк-2020	Каша гречневая по Купечески с куриной грудкой	30/120гр.	31,8	16,6	42,8	345,2
182/200	Булочка Молочная	50гр.	4,64	0,99	26,11	132
628/96	Чай с сахаром	200гр.	0,4	0,1	21,6	83,4
Итого			36,84	17,69	90,51	560,6
Обед						
138/96	Суп гороховый с колбасой п/копченной	25/230гр.	11,8	12,5	26,7	265,7
423/96	Тефтели в соусе №528	60/50гр.	21	35,32	24,28	365,4
472/96	Картофельное пюре	150гр.	5,2	13,7	36,2	315
	Хлеб пшеничный	40г.	3,16	0,4	24,8	110
	Хлеб ржаной	40г.	4,04	0,625	25	118,75
588/96	Компот из сухофруктов	200г.	0,6	0	31,4	124
Итого			45,8	62,545	168,38	1298,85
Полдник						
685-96	Пирожок сдобный с повидлом	100г.	10,26	15,2	25,2	305,4
645/96	Йогурт питьевой 1,5%	230г.	6	2,5	16,8	80
Итого			16,26	17,7	42	385,4
Всего за день			98,9	97,935	300,89	2244,85

Меню разработано на основании Сборника рецептов, блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. Редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептов мучных и булочных изделий 2000г. редактор Лапшина

итого за 18 дней	белки	1386,99
	жиры	1427,4
	углеводы	5541,8
	к/калории	39727,1

среднее значение в день и по СанПину

	белки	77,05/77
	жиры	79,3/79
	углеводы	307,8/308
	к/калории	2207/2206,7