

Утверждаю

Директор МБОУ ООШ
города-курорта Железноводск
Ставропольского края
М.А. Короткова

Возраст: 11-17 лет



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ I «Берег детства» города-курорта Железноводска


Сезон: лето

ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ, 27 июня

№ 182	Каша жидкая молочная из крупы овсяной с маслом сливочным	200/5	13,67	14,2	13,3	37,8	300	0,06	4,6	0,05	59,2	36	30,24	
№ 15	Сыр Российский	20	11,55	4,64	5,9	0,0	72,8	0,013	0,14	52,0	176,0	100,0	7,1	00,26
№ 14	Масло сливочное "Крестьянское 72%"	15	10,43	0,15	12,30	0,15	56,20	0,000	0,000	88,500	15,00	3,00	0,000	00,0
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	2,24	2,10	25,03	118,80	0,02	0,45	0,08	69,20	168,00	6,000	00,35
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		590	59,91	23,47	34,64	85,82	656,12	0,2	15,19	140,63	335,41	339,06	60,80	1,99

ОБЕД 1 ДЕНЬ, 27 июня

№70	Огурец свежий	100	8,80	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№ 108	Суп картофельный с клецками	250	7,65	5,22	9,2	29	193,5	0,12	3,46	0,070	56,40	102,00	27,00	0,76
№268	Биточки (говядина)	100	49,54	15,5	11,5	15,7	228,66	0,1	0,14	28,6	43,6	166,3	32,1	1,5
№321	Капуста тушеная	180	15,38	3,38	8,76	10,62	73,38	0,06	36,6	0,4	83,88	56,0	24,0	01,1
№389	Компот из свежих яблок	200	6,35	0,20	0,00	36,20	114,60	0,012	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,952
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,07	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		890	92,28	28,47	30,40	100,85	734,39	0,44	41,10	0,43	213,82	402,64	103,84	5,26
итого за день:		1480	152,18	51,94	65,04	186,67	1390,51	0,63	56,29	141,06	549,22	741,70	164,64	7,25

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.

Утверждаю:
 Директор МБОУ ООШ 1
 города-курорта Железноводска
 Ставропольского края
 М.А. Короткова

Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ, 28 июня														
№70	Огурец свежий	100	8,80	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№295/331	Котлета рубленая из птицы (грудка)	100	41,23	16,72	24,8	16,25	178,8	0,11	1,13	0,022	41,23	193,6	32,62	1,91
№304	Рис отварной	180	13,43	2,85	6,31	17,08	194,7	0,012	0	0,08	6,15	180	29,6	0,39
№389	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,000	14,00	17,00	8,00	0,80
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		610	75,17	23,21	31,95	69,47	545,82	0,22	7,63	0,10	72,89	423,66	85,68	4,06
ОБЕД 2 ДЕНЬ, 28 июня														
№ 82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	11,64	9,3	7,27	11,92	232,2	0,12	52,6	0,14	52,6	15,8	18,6	1,34
№ 229	Рыба тушенная с овощами	100/80	48,69	18,1	6,37	11,52	185,1	0,19	5,13	0,35	96,5	206	33,3	1,07
№ 312	Картофельное пюре	180	19,38	4,21	6,07	30,8	153,9	0,054	1,9	0,32	148,2	131,8	19,98	0,44
№389	Компот из свежих яблок	200	6,35	0,20	0,00	36,20	114,60	0,012	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,952
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		720	90,63	35,98	20,65	99,77	810,05	1,15	60,53	0,14	327,24	431,90	92,62	4,77
итого за день:		1330	165,80	59,19	52,60	169,24	1355,87	1,37	68,16	0,24	400,12	855,56	178,30	8,83

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ, 2 июля														
№70	Помидор свежий	100	11,00	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№292/331	Птица тушенная в соусе с овощами (филе грудки)	100/180	77,32	20,31	23,39	20,66	450,0	10,8	11,7	0,048	29,4	221,2	24,7	0,25
№	Сок фруктовый с трубочкой в и/у	200	17,00	2,85	0,00	24,80	140,20	0,076	19	0	15,2	53,2	19,8	01,1
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,27	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	5,54	12,50	0,80
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		810	110,30	30,31	25,17	69,11	727,85	10,97	36,87	0,01	168,61	313,00	72,46	3,11
ОБЕД 4 ДЕНЬ, 2 июля														
№ 84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/10	12,86	9,3	7,27	11,92	232,2	0,12	52,6	0,14	52,6	115,8	18,84	0,31
№ 291	Плов из птицы (филе грудки)	100/180	67,19	21,5	22,33	40,43	244,4	0,24	0,62	0,12	97,7	204,5	68,6	0,99
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,85	0	44	111,1	0	8	0,1	14,5	4,4	4,4	0,9
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		820	90,74	35,82	30,54	105,68	711,95	1,14	61,22	0,36	180,56	398,60	107,44	3,17
итого за день:		1630	201,04	66,13	55,71	174,79	1439,80	12,10	98,09	0,37	349,16	711,60	179,90	6,28

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

Зав. производством  Погорелова С.В.




Утверждаю:
 Директор МБОУ ООШ 1
 города-курорта Железноводска
 Ставропольского края
 М.А. Короткова

Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ, 1 июля														
№223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/50	100,26	21,6	14,4	56,5	478,9	0,12	21,40	0,20	515,2	103,7	31,8	01,52
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
№	Печенье "Чоко-пай"	90	14,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,00	2,00	0,000	00,0
№382	Какао с молоком	200	10,34	3,52	3,72	25,49	105,20	0,04	1,3	0,010	122,00	90,00	14,00	00,56
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		690	138,07	27,96	19,26	164,63	767,42	0,26	32,70	0,22	663,21	227,76	63,26	3,01
ОБЕД 3 ДЕНЬ, 1 июля														
№ 102	Суп картофельный с горохом	250	7,20	11,7	7,32	17,8	216,8	0,17	27,2	0,03	79,8	152,2	25,6	1,97
№279	Тефтели из говядины с соусом красным основным	100/80	46,13	10,56	15,60	11,59	229,50	0,24	11,20	0,10	15,12	106,80	18,03	0,25
№203	Макароны отварные с маслом сливочным	180	7,38	6,42	10,26	30,72	188,8	0,06	0,0	0,03	6	139,2	16,5	01,0
№350	Кисель из плодов или ягод (замороженных)	200	7,69	0,00	0,00	15,30	49,60	0,020	5,60	0,03	3,20	15,80	2,00	2,0
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		890	72,95	32,85	34,12	84,74	808,95	1,27	44,00	0,19	119,88	487,90	77,73	6,15
итого за день:		1580	211,02	60,81	53,38	249,37	1576,37	1,53	76,70	0,41	783,08	715,66	140,99	9,16

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

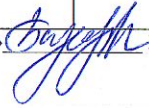
Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ, 3 июля														
№181сб.Мо гильного	Каша жидкая манная молочная с маслом	200/5	12,63	2,65	9,8	20,5	267,85	0,1	0,22	0,05	59,2	136	16,3	0,45
№ 15	Сыр Российский	20	11,55	4,64	5,9	0,0	72,8	0,013	0,14	52,0	176,0	100,0	7,1	00,26
№14	Масло сливочное "Крестьянское 72%"	15	10,43	0,15	12,30	0,15	56,20	0,000	0,000	88,500	15,00	3,00	0,000	00,0
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	5,54	12,50	0,80
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		585	49,52	14,19	30,18	51,20	562,50	0,22	14,03	140,56	378,71	276,60	53,36	2,44
ОБЕД 5 ДЕНЬ, 3 июля														
№ 112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	6,56	7,13	7,40	15,50	160,00	0,20	26,50	0,070	56,40	102,00	27,00	0,76
№295/331	Котлета рубленая из птицы (грудка)	100	41,23	16,72	24,8	16,25	178,8	0,11	1,13	0,022	41,23	193,6	32,62	1,91
№171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	11,40	3,87	6,26	41,6	267,8	0,21	1,44	0,12	24,4	178,2	17,04	1,03
№389	Компот из свежих яблок	200	6,35	0,20	0,00	36,20	114,60	0,012	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,952
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		810	70,11	32,09	39,40	118,88	845,45	1,31	29,97	0,07	151,97	552,10	97,40	5,62
итого за день:		1395	119,63	46,28	69,58	170,08	1407,95	1,53	44,00	140,63	530,67	828,70	150,76	8,06

Начальник ЛЮЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ , 4 июля														
№ 11	Икра кабачковая с/п	100	12,72	2,33	8,00	14,16	130,00	0,0	11,66	0,0	7,66	28,60	25,000	01,2
№204	Макароны отварные с сыром	180/70	50,40	24,28	20,52	50,26	451,9	0,28	24,4	9,2	1,85	218,0	37,8	07,6
№	Печенье "Чоко-пай"	90	14,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,00	2,00	0,000	00,0
№ 379	Сок фруктовый	200	10,00	0,00	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,000	6,00	0,00	0,00	0,40
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		670	88,83	29,05	29,26	150,76	749,22	0,37	36,06	9,22	25,52	269,66	71,26	9,82
ОБЕД 6 ДЕНЬ, 4 июля														
№70	Огурец свежий	100	8,80	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№ 99	Суп овощной со сметаной	250/10	11,86	1,75	8,98	14,25	105,70	0,160	23,00	0,000	49,50	75,68	35,30	0,35
№295/331	Шницель из говядины	100	49,54	15,5	11,5	15,7	228,66	0,1	0,14	28,6	43,6	166,3	32,1	1,5
№171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180	6,73	8,16	10,8	39,48	318,9	0,34	0	0,025	24,6	128,6	15,84	0,76
№376	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		920	85,87	29,62	32,22	103,52	871,71	1,39	24,22	0,01	139,86	448,08	98,84	3,76
итого за день:		1590	174,70	58,67	61,48	254,28	1620,93	1,76	60,28	9,22	165,37	717,74	170,10	13,58

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальсвич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ, 5 июля														
№70	Огурец свежий	100	8,80	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№210	Омлет натуральный с маслом	150	55,40	17,06	26,60	2,63	350,60	0,1	0,24	0,4	113,70	118,30	19,470	02,92
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	5,54	12,50	0,80
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого:		600	79,12	24,61	28,78	36,58	532,25	0,26	16,41	0,43	253,71	167,90	56,43	4,98
ОБЕД 7 день, 5 июля														
№75	Икра свекольная	100	8,89	1,26	4,08	9,24	79,2	0,038	13,75	0	37,04	49,2	24,1	01,4
№сб.Могильного	Юшка из кабачков и помидоров со сметаной	250/5	16,26	5,6	7,2	24,5	158	0,83	22,75	0	71,22	68,7	22,63	0,4
№288сб.Могильного	Птица отварная с маслом	120/10	48,78	23,36	25,92	2,04	207,70	0,06	28,22	169,00	96,45	161,10	22,20	0,74
№302сбМогильного	Рис отварной	180	13,43	2,85	6,31	17,08	194,7	0,012	0	0,08	6,15	180	29,6	0,39
№350	Кисель из плодов или ягод	200	7,69	0,00	0,00	15,30	49,60	0,020	5,60	0,03	3,20	15,80	2,00	2,0
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого:		940	99,61	37,24	44,45	77,49	813,45	1,74	70,32	169,03	229,82	548,70	116,13	5,93
Итого всего:		1540,00	178,73	61,85	73,23	114,07	1345,70	2,00	86,73	169,46	483,52	716,60	172,56	10,91

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  - Бальевич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.

Утверждаю:
 Директор МБОУ-ООШ 1
 города-курорта Железноводска
 Ставропольского края
 М.А. Короткова

Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ-ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ, 8 июля														
№175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5	13,55	6,2	8,6	42,7	284,3	0,100	8,23	0,05	123,0	72,3	22,49	00,1
№14	Масло сливочное	15	10,43	0,15	12,30	0,15	56,20	0,000	0,000	88,500	15,00	3,00	0,000	00,0
№ 15	Сыр Российский	20	11,55	4,64	5,9	0,0	72,8	0,013	0,14	52,0	176,0	100,0	7,1	00,26
№338,	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,4
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15 /7	3,27	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	85,40	19,80	0,40
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		585	52,26	17,74	28,98	73,40	578,95	0,22	22,04	140,56	442,49	292,76	66,85	1,77
ОБЕД 8 ДЕНЬ, 9 июля														
№ 84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/10	12,86	9,3	7,27	11,92	132,4	0,12	52,6	0,14	52,6	115,8	38,84	0,34
№279	Тефтели из говядины с соусом красным основным	100/80	46,13	10,56	15,60	11,59	229,50	0,24	11,20	0,10	15,12	106,80	18,03	0,25
№171 сб.2005г.Могил ьного М.П.	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	11,40	3,87	6,26	41,6	267,8	0,21	1,44	0,12	24,4	178,2	17,04	1,03
№349	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		900	79,32	27,94	30,07	99,20	848,15	1,36	66,32	0,25	114,28	478,30	89,51	2,77
итого за день:		1485	131,58	45,68	59,05	172,60	1427,10	1,58	88,36	140,81	556,76	771,06	156,36	4,54

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

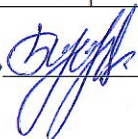
Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ, 9 июля														
№70	Огурец свежий	100	8,80	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№204	Макароны отварные с сыром	180/70	50,40	24,28	20,52	50,26	451,9	0,28	24,4	9,2	1,85	218,0	37,8	07,6
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	2,24	2,10	25,03	118,80	0,02	0,45	0,08	69,20	168,00	6,000	00,35
№	Сок фруктовый с трубочкой в и/у	200	17,00	2,85	0,00	24,80	140,20	0,076	19	0	15,2	53,2	19,8	01,1
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		580	88,70	32,01	23,26	116,03	791,22	0,46	46,35	9,29	97,76	472,26	79,06	10,04
ОБЕД 9 ДЕНЬ, 9 июля														
№ 102	Суп картофельный с горохом	250	7,20	11,7	7,32	17,8	216,8	0,17	27,2	0,03	79,8	152,2	25,6	1,97
№ 235	Шницель рыбный натуральный (Минтай)	100	42,38	14,4	19,8	7,64	184,1	0,09	22,83	0,005	43,07	86,9	12,2	0,95
№ 312	Картофельное пюре	180	19,38	4,21	6,07	30,8	153,9	0,054	1,9	0,32	148,2	131,8	19,98	0,44
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,85	0	44	111,1	0	8	0,1	14,5	4,4	4,4	0,9
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		810	79,65	35,33	34,13	109,57	790,15	1,09	59,93	0,13	301,33	449,20	77,78	5,23
итого за день:		1390	168,36	67,34	57,39	225,60	1581,37	1,55	106,28	9,42	399,08	921,46	156,84	15,27

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ, 10 июля														
№ 222	Пудинг из творога (запеченный) с повидлом фруктовым	200/50	87,51	26,5	30,4	46,1	474	0,160	4,7	0,13	300	396,0	48,0	00,130
№	Печенье "Чоко-пай"	90	14,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,00	2,00	0,000	00,0
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	5,54	12,50	0,80
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		570	104,67	33,45	32,28	126,15	670,65	0,24	8,33	0,15	422,51	424,60	68,96	1,56
ОБЕД 10 ДЕНЬ, 10 июля														
№ 96	Рассольник Ленинградский с крупой рисовой со сметаной	250/10	13,10	15,30	8,90	14,87	156,8	0,10	27,82	0,02	29,70	61,4	18,50	1,32
№295/331	Котлета рубленая из птицы (грудка)	100	41,23	16,72	24,8	16,25	178,8	0,11	1,13	0,022	41,23	193,6	32,62	1,91
№304	Макароны отварные с маслом сливочным	180	7,38	6,42	10,26	30,72	188,8	0,06	0,0	0,03	6	139,2	16,5	01,0
№349	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		820	70,64	42,65	44,90	95,93	742,85	1,06	30,03	0,06	99,09	471,70	83,22	5,34
итого за день:		1390	175,31	76,10	77,18	222,08	1413,50	1,30	38,36	0,20	521,59	896,30	152,18	6,90

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.


Зав. производством  Погорелова С.В.

Утверждаю
 Директор МБОУ ООШ № 1
 города-курорта Железноводска
 Ставропольского края
 М.А. Короткова

Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

<i>ЗАВТРАК 11 ДЕНЬ, 11 июля</i>														
№182	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200/5	14,67	13,09	4,07	36,98	205	0,3	21,3	20	5,9	67	21,8	00,5
№ 14	Масло сливочное "Крестьянское 72%"	15	10,43	0,15	12,30	0,15	56,20	0,000	0,000	88,500	15,00	3,00	0,000	00,0
№ 15	Сыр Российский	20	11,55	4,64	5,9	0,0	72,8	0,013	0,14	52,0	176,0	100,0	7,1	00,26
№338,	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,4
№382	Какао с молоком	200	10,34	3,52	3,72	25,49	105,20	0,04	1,3	0,010	122,00	90,00	14,00	00,56
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		590	60,46	23,64	27,03	85,46	547,52	0,45	32,74	160,51	334,91	292,06	60,36	2,30
<i>ОБЕД 11 ДЕНЬ, 11 июля</i>														
№70	Помидор свежий	100	11,00	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№ 87	Суп картофельный с клецками	250	7,65	16,6	11,36	19,6	223,8	0,3	19,1	0,090	51,3	102	26,8	0,34
№289	Рагу из птицы с овощами	100/180	66,41	20,31	23,39	20,66	450,0	10,8	11,7	0,048	29,4	221,2	24,7	0,25
№350	Кисель из плодов или ягод	200	7,69	0,00	0,00	15,30	49,60	0,200	5,60	0,0	3,20	15,80	2,00	2,0
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		910	97,31	41,88	35,69	68,29	863,65	12,09	38,90	0,12	111,16	424,90	76,10	3,89
итого за день:		1500	157,77	65,52	62,72	153,75	1411,17	12,54	71,64	160,63	446,06	716,96	136,46	6,19

Начальник ЛЮЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

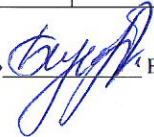
Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноволска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 12 ДЕНЬ, 12 июля														
№268	Биточки (говядина)	100	49,54	15,5	11,5	15,7	228,66	0,1	0,14	28,6	43,6	166,3	32,1	1,5
№302	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,40	3,87	6,26	41,6	267,8	0,21	1,44	0,12	24,4	178,2	17,04	1,03
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,30	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
№389	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,000	14,00	17,00	8,00	0,80
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		630	84,40	22,61	19,00	100,34	696,78	0,70	15,58	0,00	98,01	393,56	74,60	4,26
ОБЕД 12 ДЕНЬ, 12 июля														
№70	Огурец свежий	100	8,80	0,8	0	3,4	16	0,01	2,5	0	11,5	12	7	00,3
№ 82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	11,64	9,3	7,27	11,92	232,4	0,12	52,6	0,14	52,6	115,8	18,8	1,34
№ 291	Плов из птицы (филе грудки)	100/180	67,19	21,5	22,33	40,43	244,4	0,24	0,62	0,12	97,7	204,5	68,6	0,99
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,85	0	44	111,1	0	8	0,1	14,5	4,4	4,4	0,9
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		920	98,33	36,62	30,54	109,08	728,15	1,15	63,72	0,36	192,06	410,60	114,40	4,53
итого за день:		1550	182,73	59,23	49,54	209,42	1424,93	1,85	79,30	0,36	290,06	804,16	189,00	8,79

Начальник ЛОУЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

Зав. производством  Погорелова С.В.



М.А. Короткова

Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 13 ДЕНЬ , 15 июля														
№ 182	Каша жидка молочная из крупы гречневой с маслом сливочным	200/5	13,73	16,21	5,28	32,79	203	0,9	16,2	20	12,2	147,7	28,1	03,3
№ 15	Сыр Российский	20	11,55	4,64	5,9	0,0	72,8	0,013	0,14	52,0	176,0	100,0	7,1	00,26
№ 14	Масло сливочное "Крестьянское 72%"	15	10,43	0,15	12,30	0,15	56,20	0,000	0,000	88,500	15,00	3,00	0,000	00,0
№	Вафли "Чудо"	90	18,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,00	2,00	0,000	00,0
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,27	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	85,40	19,80	0,40
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого завтрак:		560	58,68	27,95	25,36	112,99	528,65	0,99	20,01	160,52	325,71	359,16	63,46	4,61
ОБЕД 13 ДЕНЬ , 15 июля														
№ 73 Могильный 2005г.	Икра кабачковая с/п	100	12,72	3,1	4,33	5,6	78	0,05	0	0	8,82	0,65	0,41	00,3
№ 88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	10,90	1,6	4,92	11,5	156,2	0,3	23,0	0,000	59,01	131,4	52,7	0,52
№ 284	Запеканка картофельная с мясом и с соусом сметанным	100/180/80	102,33	24,4	31,3	26,2	329,3	0,13	33,25	0	32,9	78,9	13,7	2,35
№389	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,000	14,00	17,00	8,00	0,80
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		1000	140,51	34,27	41,69	72,83	779,75	1,29	60,25	0,00	130,49	301,85	90,41	4,97
итого за день:		1560	199,19	62,22	67,05	185,82	1308,40	2,28	80,26	160,52	456,19	661,01	153,87	9,58

Начальник ЛЮЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК 14 ДЕНЬ , 16 июля														
№75	Икра свекольная	100	8,89	1,26	4,08	9,24	79,2	0,038	13,75	0	37,04	49,2	24,1	01,4
№210	Омлет натуральный с маслом	150	55,40	17,06	26,60	2,63	350,60	0,1	0,24	0,4	113,70	118,30	19,470	02,92
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	0,4	0,4	10,3	44	0,30	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
№342сб.Могильного	Компот из свежих яблок	200	6,35	0,20	0,00	36,20	114,60	0,012	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,952
	хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00,63
Итого:		600	84,11	20,76	31,72	70,91	652,72	0,56	24,89	0,42	180,93	203,96	66,17	6,23
ОБЕД 14 ДЕНЬ, 16 июля														
№сб.Могильного	Юшка из кабачков и помидоров со сметаной	250/10	16,26	5,6	7,2	24,5	158	0,83	22,75	0	71,22	68,7	12,6	0,54
№288сб.Могильного	Птица отварная с маслом	100/10	48,78	23,36	25,92	2,04	207,70	0,06	28,22	169,00	96,45	161,10	22,20	0,74
№302сбМогильного	Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,73	8,16	10,8	39,48	318,9	0,34	0	0,025	24,6	128,6	15,84	0,76
№376	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого:		830	80,70	41,33	44,86	100,11	903,05	2,02	52,05	169,01	214,43	435,90	66,24	3,19
Итого всего:		1430,00	164,82	62,09	76,58	171,02	1555,77	2,58	76,94	169,43	395,35	639,86	132,41	9,42

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальсвич Д.Ю.

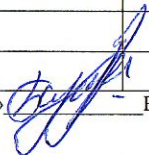
Зав. производством  Погорелова С.В.



Меню горячего питания (завтрак и обед) для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей МБОУ ООШ 1 «Берег детства» города-курорта Железноводска

Сезон: лето Возраст: 11-17 лет

ЗАВТРАК заключительный день, 17 июля														
№ 182	Каша жидка молочная из крупы овсяной с маслом сливочным	200/5	13,62	14,2	13,3	37,8	300	0,06	4,6	0,05	59,2	36	30,24	0
№ 15	Сыр Российский	20	11,55	4,64	5,9	0,0	72,8	0,013	0,14	52,0	176,0	100,0	7,1	00
№ 14	Масло сливочное	15	10,43	0,15	12,30	0,15	56,20	0,000	0,000	88,500	15,00	3,00	0,000	0
№ 338	Яблоко сезонное калиброванное	120	11,76	2,85	0,00	24,80	140,20	0,076	19	0	15,2	53,2	13,2	0
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200	10,79	2,24	2,10	25,03	118,80	0,02	0,45	0,08	69,20	168,00	6,000	00
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	00
Итого завтрак:		590	59,86	25,92	34,24	100,32	752,32	0,2	24,19	140,63	334,61	381,26	65,00	2
ОБЕД заключительный день, 17 июля														
№ 102	Суп картофельный с горохом	250	7,20	11,7	7,32	17,8	216,8	0,17	27,2	0,03	79,8	152,2	25,6	1
№ 1101 сб. 2022	Тефтели из птицы с соусом красным основным	100/80	60,15	16,9	12,55	17,07	248,6	0,1	0,12	31,1	47,48	180,8	34,9	1
№ 304	Макароны отварные	180	7,38	6,42	10,26	30,72	188,8	0,06	0,0	0,03	6	139,2	16,5	0
№	Сок фруктовый	200	10,00	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0
№	Вафли «Чудо»	90	18,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,00	2,00	0,000	0
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,71	1,20	0,40	8,30	42,85	0,07	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	50	2,85	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0
Итого обед:		980	107,29	39,83	31,17	159,48	947,65	0,49	28,40	0,07	165,44	551,70	92,60	1
Итого за день:		1570	167,14	65,75	65,41	259,80	1699,97	0,72	52,59	140,70	500,04	932,96	157,60	1

Начальник ЛОЛ «Берег детства»  Бальевич Д.Ю.

Зав. производством  Погорелова С.В.