

МЕНЮ на _____ 2024г.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 1 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Вареники с картофелем , со сливочным маслом	250	15,92	23,75	47,65	498,70
Яблоки	100	0,40	0,00	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,70	20,0
Суп картофельный с рыбными консервами	250	8,18	3,95	16,76	235,75
Солянка мясная	280	18,06	30,93	67,89	338,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,0
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,0

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА:

277-60

МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 2 день

ЗАВТРАК

АИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Каша «Здоровье» молочная , со сливочным маслом	250	7,30	16,50	44,10	360,60
Булочка дорожная йодированная	105	6,27	13,45	60,71	385,56
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с лимоном и сахаром	200	0,40	0,20	14,20	56,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Кукуруза консервированная	100	2,20	2,40	11,20	58,00
Борщ «Сибирский» с филе птицы , со сметаной	250	6,54	7,69	11,04	140,85
Биточки из птицы в сырной шапке	100	18,10	6,47	3,30	147,75
Картофельное пюре	180	6,0	10,08	35,28	254,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Компот из смеси сухофруктов	200	1,60	0,00	28,40	120,0

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА :

277-60

МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 3 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Макароны запеченные с яйцом, со сливочным маслом	250	14,69	9,94	56,23	420,85
Оладьи с ягодным джемом	100	8,29	11,22	42,20	389,57
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Икра кабачковая	100	0,70	0,20	3,50	17,50
Суп картофельный с клецками, с филе птицы	250	3,40	4,60	14,20	110,90
Плов с мясом	280	17,20	31,49	51,12	562,47
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46

МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 4 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Пудинг творожный с фруктами, со сгущенным молоком	180	16,87	26,40	63,43	420,43
Апельсины	180	1,60	0,40	14,60	77,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Огурцы солёные	100	0,80	0,10	1,70	11,00
Суп лапша- домашняя, с филе птицы	250	6,79	6,48	13,10	149,00
Котлета «Пермская» в красном соусе	100	12,32	15,88	6,25	230,72
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88	316,50
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Напиток из свежей облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,00

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 5 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочным	250	7,36	11,61	40,31	339,60
Крендель сахарный йодированный	105	5,81	13,36	43,06	397,99
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,00	15,08	60,19

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,01	2,80	15,00
Рассольник Ленинградский , с филе птицы, со сметаной	250	5,70	16,90	8,98	152,87
Шницель «Нежность»	100	19,56	13,53	3,60	220,62
Рис припущенный	180	4,70	8,50	40,20	282,30
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Компот из цитрусовых с яблоками	200	0,64	0,29	28,48	118,80

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 6 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Суп молочный с гречневой крупой	250	8,41	9,02	24,30	207,16
Пряник школьный	100	5,96	10,88	78,90	388,98
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,42	121,00
Чай чёрный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Горошек консервированный	100	3,60	0,10	9,80	55,00
Суп летний овощной с филе птицы	250	6,54	6,47	12,41	135,72
«Ёжики» в молочном соусе	100	19,26	20,83	14,00	286,00
Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,94	4,31	45,50	252,27
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00



МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 1 день

ЗАВТАРК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	250	6,76	14,90	51,42	389,71
Горячий бутерброд с маслом сливочным и сыром	15/10/20	6,49	13,71	7,39	180,70
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Маффин	30	1,35	3,90	15,90	105,00
Чай черный с лимоном и сахаром	200	0,40	0,20	14,20	56,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	11,00
Суп гороховый , с филе птицы.	250	6,78	4,64	11,65	156,37
Гуляш из говядины	100	17,17	17,58	4,71	245,34
Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,0
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00

МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 2 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Омлет по-деревенски	250	28,07	29,50	14,29	446,05
Булочка с маком йодированная	105	4,48	9,61	43,37	275,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,01	2,80	15,00
Суп Харчо с мясом	250	4,31	12,03	22,43	207,31
«Фишбол» в сметанном соусе	100	12,69	2,07	26,98	205,31
Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушеная)	90/90	2,0/2, 67	4,22/4 ,17	25,60/15,13	107,8/1 08,58
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	25,05	104,22

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 3 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Суфле из творога с шоколадным соусом	200	16,00	14,29	30,42	356,79
Апельсины	180	1,60	0,40	14,60	77,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Помидоры, огурцы свежие нарезка	100	0,70	0,20	3,50	17,50
Суп картофельный с макаронными изделиями, с филе птицы	250	4,10	6,90	26,50	233,80
Кнели из птицы	100	17,72	31,90	6,41	219,25
Рис отварной с овощами	180	3,86	4,27	45,88	349,81
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Напиток из свежей облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,000

МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 4 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Каша «Янтарная» с маслом сливочным	250	9,14	9,67	95,37	452,71
Булочка «Гребешок» йодированная	105	6,46	6,60	53,64	306,57
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
Икра кабачковая	100	0,70	0,20	3,50	17,50
Щи из свежей капусты с филе птицы, со сметаной	250	3,19	17,25	9,35	115,52
Запеканка картофельная с мясом	280	22,20	29,55	48,87	429,61
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Компот из смеси сухофруктов	200	1,60	0,00	28,40	120,00

МЕНЮ на _____ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 5 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Макароны запечённые с сыром	250	18,02	28,61	62,72	581,26
Яблоки	100	0,40	0,00	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углевод ы	ЭЦ, ккал
Кукуруза консервированная	100	2,20	2,40	11,20	58,00
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	4,52	4,71	9,78	98,40
Птица в соусе с овощами	100	10,13	16,50	14,00	278,40
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88	212,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,00	80,0

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 6 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Суп молочный с клецками	250	6,73	26,11	26,50	241,25
Оладьи со сгущенным молоком	100	6,8	8,3	34,60	382,10
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход , гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,70	20,00
Суп картофельный с мясом птицы	250	14,52	4,71	9,78	98,40
Люля -кебаб	100	12,43	7,17	32,61	232,19
Картофель запеченный	180	5,20	12,57	41,92	335,76
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА

277-60

УТВЕРЖДАЮ:
Начальник пришкольного лагеря СШ №

ФИО С.С.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на шюль 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
3 неделя 1 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Вареники с картофелем, со сливочным маслом	250	15,92	23,75	47,65	498,70
Яблоки	100	0,40	0,00	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,70	20,0
Суп картофельный с рыбными консервами	250	8,18	3,95	16,76	235,75
Солянка мясная	280	18,06	30,93	67,89	338,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,0
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,0

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА:

277-60

ФИО С.С.

КРАСНУТ



МЕНЮ на шюль 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
3 неделя 2 день

ЗАВТРАК

АИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Каша «Здоровье» молочная, со сливочным маслом	250	7,30	16,50	44,10	360,60
Булочка дорожная йодированная	105	6,27	13,45	60,71	385,56
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с лимоном и сахаром	200	0,40	0,20	14,20	56,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Кукуруза консервированная	100	2,20	2,40	11,20	58,00
Борщ «Сибирский» с филе птицы, со сметаной	250	6,54	7,69	11,04	140,85
Биточки из птицы в сырной шапке	100	18,10	6,47	3,30	147,75
Картофельное пюре	180	6,0	10,08	35,28	254,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Компот из смеси сухофруктов	200	1,60	0,00	28,40	120,0

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА :

277-60

realme Shot on realme 9 Pro+

2024 06 15 13:32

ФИО _____

С.С.



МЕНЮ на шОМБ 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

3 неделя 3 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Макароны запеченные с яйцом, со сливочным маслом	250	14,69	9,94	56,23	420,85
Оладьи с ягодным джемом	100	8,29	11,22	42,20	389,57
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай чёрный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Икра кабачковая	100	0,70	0,20	3,50	17,50
Суп картофельный с клецками, с филе птицы	250	3,40	4,60	14,20	110,90
Плов с мясом	280	17,20	31,49	51,12	562,47
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46

УТВЕРЖДАЮ:

директор пришкольного лагеря СШ №

10

С.С.



УТВЕРЖДАЮ

директор «КрасПит»
Линкевич

МЕНЮ на июль 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

3 неделя 4 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Пудинг творожный с фруктами, со сгущенным молоком	180	16,87	26,40	63,43	420,43
Апельсины	180	1,60	0,40	14,60	77,40
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Огурцы солёные	100	0,80	0,10	1,70	11,00
Суп лапша- домашняя, с филе птицы	250	6,79	6,48	13,10	149,00
Котлета «Пермская» в красном соусе	100	12,32	15,88	6,25	230,72
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88	316,50
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Напиток из свежей облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,00

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА

277-60

realme

Shot on realme 9 Pro+

2024 06 15 13:31

ТВЕРЖДАЮ:
начальник дошкольного лагеря СШ №



МЕНЮ на июль 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

3 неделя 5 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Каша из овсяных хлопьев вязкая с маслом сливочным	250	7,36	11,61	40,31	339,60
Крендель сахарный йодированный	105	5,81	13,36	43,06	397,99
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,00	15,08	60,19

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,01	2,80	15,00
Рассольник Ленинградский, с филе птицы, со сметаной	250	5,70	16,90	8,98	152,87
Шницель «Нежность»	100	19,56	13,53	3,60	220,62
Рис припущенный	180	4,70	8,50	40,20	282,30
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Компот из цитрусовых с яблоками	200	0,64	0,29	28,48	118,80

СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКСА

277,60

realme

Shot on realme 9 Pro+

2024 06 15 13:31

ВЕРЖДАЮ:
директор пришкольного лагеря СШ №

0 Сев



МЕНЮ на июль 2024г.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

3 неделя 6 день

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Суп молочный с гречневой крупой	250	8,41	9,02	24,30	207,16
Пряник школьный	100	5,96	10,88	78,90	388,98
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,42	121,00
Чай чёрный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Горошек консервированный	100	3,60	0,10	9,80	55,00
Суп летний овощной с филе птицы	250	6,54	6,47	12,41	135,72
«Ёжики» в молочном соусе	100	19,26	20,83	14,00	286,00
Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,94	4,31	45,50	252,27
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00

2024.06.15 13:29

realme Shot on realme 9 Pro+