

СОГЛАСОВАНО Директор МБУ ДО  
«ДЮЦ Светлогорского ГО»

О.Ф. Львова

# ООО "Школьное питание"

## Меню

Питание оздоровительного  
лагеря 1 день

	Наименование блюд	Выход, г	Энерг. ценность, ккал	Стоимость, руб.
01 день				339,15
<b>Завтрак</b>				
1	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	200	216,031	
2	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200	
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	66,210	
4	Сыр твердый 1/15	15	50,100	
5	Чай заварной с сахаром 1/200	200	60,921	
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300	
<b>Итого:</b>		<b>545</b>	<b>480,762</b>	
<b>Обед</b>				
1	Салат из молодой капусты с помидорами 1/60	60	51,637	
2	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	122,004	
3	Биточек мясной запеченный в соусе 1/90	90	234,458	
4	Рис отварной с маслом 1/150	150	218,195	

5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300
<b>Итого:</b>		<b>740</b>	<b>851,536</b>
<b>Всего:</b>			<b>1 332,298</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

## Меню

### Питание оздоровительного лагеря 2 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.
<b>02 день</b>				
<b>Завтрак</b>				
1	Салат из моркови с маслом 1/60	60	52,979	339,15
2	Фриттата с курицей, зеленью, сыром и овощами 1/200	200	314,203	
3	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200	
4	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	98,976	
5	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	281,120	
<b>Итого:</b>		<b>510</b>	<b>795,478</b>	
<b>Обед</b>				
1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/60	60	41,868	
2	Суп гороховый на бульоне с сухариками 1/200/10	210	187,367	

3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	90	207,525
4	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	149,511
5	Сок фруктовый разливной в	180	80,642
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300
<i>Итого:</i>		<b>750</b>	<b>811,738</b>
<b>Всего:</b>			<b>1 607,217</b>

## Меню

### Питание оздоровительного лагеря 3 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.
<b>03 день</b>				
<b>Завтрак</b>				
1	Салат из молодой капусты с маслом 1/60	60	53,689	339,15
2	Котлета мясная запеченная в соусе 1/90	90	234,458	
3	Макароны отварные с маслом 1/150	150	252,263	
4	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200	
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	61,746	
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300	
<i>Итого:</i>		<b>625</b>	<b>689,655</b>	
<b>Обед</b>				
1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/60	60	43,021	339,15
2	Уха Ростовская 1/200	200	89,842	
3	Гуляш из курицы 1/100	100	203,054	

4	Каша гречневая с маслом 1/150	150	216,673
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300
<b>Итого:</b>		<b>750</b>	<b>777,831</b>
<b>Всего:</b>			<b>1 467,486</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

## Меню

### Питание оздоровительного лагеря 4 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.	
<b>04 день</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Запеканка творожная Золотистая 1/200	200	556,570	339,15	
2	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300		
3	Чай заварной с шиповником 1/200	200	66,854		
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>662,724</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат из свежих овощей с морковью 1/60	60	50,178		
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	112,076		
3	Плов с курицей 1/200	200	385,856		
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642		
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>773,352</b>		

<b>Всего:</b>	<b>1 436,076</b>
---------------	------------------

Зав. производством \_\_\_\_\_

## Меню

### Питание оздоровительного лагеря 5 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.	
<b>05 день</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Салат из свежих помидоров с маслом 1/60	60	44,338	339,15	
2	Макароны отварные с сыром 1/180/20	200	369,515		
3	Чай заварной с сахаром 1/200	200	60,921		
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300		
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>514,074</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат из моркови с маслом 1/60	60	52,979		
2	Суп с рисом на бульоне 1/200	200	132,364		
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	90	211,569		
4	Картофель отварной с маслом 1/150	150	149,960		
5	Компот из свежих плодов 1/180	180	61,344		
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<b>Итого:</b>		<b>740</b>	<b>752,816</b>		
<b>Всего:</b>			<b>1 266,890</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

**Меню****Питание оздоровительного лагеря 6  
день**

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.	
<b>06 день</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Каша манная молочная с маслом 1/200	200	179,491	339,15	
2	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200		
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	66,210		
4	Сыр твердый 1/15	15	50,100		
5	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	98,976		
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300		
<b>Итого:</b>		<b>545</b>	<b>482,277</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат из свежей капусты со свежим огурцом 1/60	60	39,062		
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/200	200	127,108		
3	Тефтеля мясная в соусе 1/90	90	208,257		
4	Каша гречневая с маслом 1/150	150	216,673		
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642		
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<b>Итого:</b>		<b>740</b>	<b>816,341</b>		
<b>Всего:</b>			<b>1 298,619</b>		

**Меню****Питание оздоровительного лагеря****7 день**

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.	
<b>Завтрак</b>					
1	Запеканка творожная Золотистая 1/200	200	556,570	339,15	
2	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300		
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	61,746		
<b>Итого:</b>		<b>505</b>	<b>657,616</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/60	60	41,868		
2	Суп гороховый на бульоне с сухариками 1/200/10	210	187,367		
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	90	207,525		
4	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	149,511		
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642		
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<b>Итого:</b>		<b>750</b>	<b>771,297</b>		
<b>Всего:</b>			<b>1 428,913</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

**ООО "Школьное питание"**

**Меню****Питание оздоровительного лагеря  
8 день**

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.
<b>Завтрак</b>				
1	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	200	216,031	339,15
2	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200	
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	66,210	
4	Сыр твердый 1/15	15	50,100	
5	Чай заварной с шиповником 1/200	200	66,854	
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300	
<b>Итого:</b>		<b>545</b>	<b>486,695</b>	
<b>Обед</b>				
1	Салат Витаминный с морковью 1/60	60	54,637	339,15
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	200	141,868	
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	90	211,569	
4	Рис отварной с маслом 1/150	150	218,195	
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642	
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300	
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300	
<b>Итого:</b>		<b>740</b>	<b>851,511</b>	
<b>Всего:</b>			<b>1 338,206</b>	

## ООО "Школьное питание"

**Меню**Питание оздоровительного лагеря  
9 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.	
<b>Завтрак</b>					
1	Салат из моркови с маслом 1/60	60	52,979	339,15	
2	Омлет с сыром 1/200	200	342,505		
3	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200		
4	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	98,976		
5	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	281,120		
<b>Итого:</b>		<b>510</b>	<b>823,780</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/60	60	43,021		
2	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	122,004		
3	Жаркое по-домашнему с курицей 1/200	200	343,955		
4	Сок фруктовый разливной в	180	80,642		
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>734,222</b>		
<b>Всего:</b>			<b>1 558,002</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

# ООО "Школьное питание"

## Меню

Питание оздоровительного лагеря  
10 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.
<b>Завтрак</b>				
1	Салат из молодой капусты с маслом 1/60	60	53,689	339,15
2	Тефтеля мясная в соусе 1/90	90	208,257	
3	Каша гречневая с маслом 1/150	150	216,673	
4	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200	
5	Чай заварной с сахаром 1/200	200	60,921	
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300	
<b>Итого:</b>		<b>620</b>	<b>627,039</b>	
<b>Обед</b>				
1	Салат из свежих овощей с морковью 1/60	60	50,178	339,15
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	112,076	
3	Макаронник с курицей и сыром 1/200	200	435,513	
4	Компот из свежих плодов 1/180	180	61,344	
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300	
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300	
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>803,711</b>	
<b>Всего:</b>			<b>1 430,750</b>	

# ООО "Школьное питание"

## Меню

Питание оздоровительного лагеря

11 день

№	Наименование	Выход, гр.	Калорийнос ть, ккал	Стоимость , руб.	
<i>п/п</i>					
<b>Завтрак</b>					
1	Каша рисовая молочная с маслом 1/200	200	209,851	339,15	
2	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200		
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	66,210		
4	Сыр твердый 1/15	15	50,100		
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	61,746		
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300		
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>475,407</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/60	60	41,868		
2	Суп гороховый на бульоне с сухариками 1/200/10	210	187,367		
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/90	90	207,525		
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642		
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<b>Итого:</b>		<b>710</b>	<b>736,302</b>		
<b>Всего:</b>			<b>1 211,709</b>		

# ООО "Школьное питание"

## Меню

Питание оздоровительного лагеря

12 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийнос ть, ккал	Стоимость , руб.
-------	--------------	------------	------------------------	---------------------

### Завтрак

1	Запеканка творожная Золотистая 1/200	200	556,570	339,15
2	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300	
3	Чай заварной с шиповником 1/200	200	66,854	
<i>Итого:</i>		<b>500</b>	<b>662,724</b>	

### Обед

1	Салат из свеклы с маслом 1/60	60	67,118	339,15
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	200	141,868	
3	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	90	211,569	
4	Каша гречневая с маслом 1/150	150	216,673	
5	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642	
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300	
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300	
<i>Итого:</i>		<b>740</b>	<b>862,470</b>	
<i>Всего:</i>			<b>1</b>	<b>525,194</b>

# ООО "Школьное питание"

## Меню

Питание оздоровительного лагеря

13 день

№ п/п	Наименование	Выход, гр.	Калорийность, ккал	Стоимость, руб.	
<b>Завтрак</b>					
1	Салат из свежих помидоров с маслом 1/60	60	44,338	339,15	
2	Макаронны отварные с сыром 1/180/20	200	369,515		
3	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	98,976		
4	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300		
<i>Итого:</i>		<b>560</b>	<b>552,129</b>		
<b>Обед</b>					
1	Салат Витаминный с морковью 1/60	60	54,637		
2	Суп картофельный с рисом на бульоне 1/200	200	132,364		
3	Жаркое по-домашнему с мясом 1/200	200	379,110		
4	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	80,642		
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300		
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300		
<i>Итого:</i>		<b>700</b>	<b>791,352</b>		
<b>Всего:</b>			<b>1 343,482</b>		

# ООО "Школьное питание"

## Меню

Питание оздоровительного лагеря

14 день

№	Наименование	Выход, гр.	Калорийность	Стоимость
п/п			ь, ккал	, руб.
<b>Завтрак</b>				
1	Салат из моркови с маслом 1/60	60	52,979	339,15
2	Тефтеля мясная в соусе 1/90	90	208,257	
3	Рис отварной с маслом 1/150	150	218,195	
4	Хлеб пшеничный 1/20	20	48,200	
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	61,746	
6	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	39,300	
<b>Итого:</b>		<b>625</b>	<b>628,677</b>	
<b>Обед</b>				
1	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	60	53,545	
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/200	200	127,108	
3	Макаронник с курицей и сыром 1/200	200	435,513	
4	Компот из свежих плодов 1/180	180	61,344	
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	72,300	
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/30	30	72,300	
<b>Итого:</b>		<b>700</b>	<b>822,110</b>	
<b>Всего:</b>			<b>1 450,787</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_