

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(понедельник)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12	1,85	157,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97,01	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148,02	Хлеб ржаной 1	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		665	27,74	33	99,26	827,6
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	100	0,86	5	8,03	83,2
1 523	Икра кабачковая для детского питания	100	1,2	5	7,7	78,3
139	Суп картофельный с бобовыми	250	7,06	7	25,78	188
1 021	Борщ с капустой,картофелем и сметаной	250	4,55	9	20,81	177
1 063	Тефтели рыбные.	100	12,65	6	13,14	156,5
1 051	Бефстроганов из свинины	100	12,62	12	5,46	282
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,92	5	35,96	220,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,07	8	52,46	321,1
932	Компот из кураги	200	0,78		22,62	101
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1	24,4	121
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 643	63,24	59	233,52	1 833,20
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
980	Апельсины	150	1,53		13,77	73,1
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		410	5,13	4	67,3	375,9
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		12,59	55,1
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем с маслом	100	0,09	1	0,22	7,2
661	Котлета Домашняя	100	15,55	13	15,99	310
1 067	Суфле из птицы	100	15,87	6	12,95	173,8
995	Пюре картофельное	180	4,39	7	29,45	196,9
523,06	Капуста белокочанная отварная	180	4,56	9	16,14	211,1
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
686	Чай с лимоном	207	0,06		15,69	61,9
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 455	56,6	45	178,42	1 473,90
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Сдоба Волшебство	100	5,76	2	50,01	240,9
914,01	Молочный коктейль	200	6,2	5	41,8	238
Итого за 2 Ужин		275	11,96	7	91,81	478,9
Итого за день		4 448	164,67	148	670,31	4 989,50

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

_____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА**(вторник)**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,75	10	39,75	300
1 330	Блинчики с курицей	70	3,05	7	7,1	100,8
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		885	32,85	39,00	119,31	1029,00
<u>Обед</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
14 519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	100	1,17	10	15,76	148,9
951	Винегрет овощной с соленым огурцом	100	2,41	7	9,71	112,8
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	3,17	8	22,52	178,4
1 165,01	Суп из овощей с цветной капустой, со сметаной	250	2,29	5	13,4	108,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 028	Колбаска витаминная	100	22,22	5	7,22	240
437,01	Гуляш из мяса свинины	100	13,35	25	3,88	275
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
1 000,02	Булгур рассыпчатый	180	6,25	7	44,64	266,5
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 608	68,27	80,00	229,09	1979,10
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	2,95	2	20,83	183
974	Бананы	240	3,6	1	50,4	230,4
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		490	7,15	3,00	103,83	553,40
<u>Ужин</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
835	Помидоры порционно	100	1,1		13,76	123,8
466	Биточек из мяса паровой	100	16,64	9	8,81	185,8
166	Рыба припущенная.	100	19,91	1	0,11	190,6
518	Картофель отварной	180	4,03	7	32,39	220
511	Капуста брокколи отварная.	180	5,36	10	8,99	248,4
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1	24,4	121
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
1 467	Сырок творожный	50	4,1	13	16,15	198,9
Итого за Ужин		1 353	59,96	50,00	157,00	1612,50
<u>2 Ужин</u>						
678,01	Маффин шоколадный	40	3,77	6	20,84	130,6
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за 2 Ужин		240	9,57	11,00	28,84	236,60
Итого за день		4 544	177,8	183	623,1	5 350,70

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(среда)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
365	Сырники творожные	75	16,87	11	22,7	263,9
961	Омлет с капустой	100	7,61	15	3,44	178,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		710	38,55	43,00	112,00	1008,20
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	100	1,25	5	18,37	133,8
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	100	1,4		7,3	37,2
1 022	Солянка рыбная со сметаной	250	4,44	8	5,03	174,2
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	6,66	7	18,9	189,6
637	Азу из говядины с картофелем	280	19,11	24	32,18	430
319	Оладьи из печени	100	18,07	11	14,85	234,7
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	294
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1	24,4	121
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 603	64,30	66,00	213,87	1879,30
<u>Полдник</u>						
975	Мандарины	100	0,8		7,5	38
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
1 140	Вафли	40	2,96	4	29,24	162,8
Итого за Полдник		340	4,36	4,00	69,34	340,80
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем с маслом	100	0,09	1	0,22	7,2
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	79
288	Птица отварная	100	30,28	2	1,03	147
375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	100	8,83	10	3,96	143
991,02	Фасоль стручковая отварная	180	5,5	11	6,6	89,9
996	Пюре картофельное с морковью	180	3,23	5	28,03	164
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
686	Чай с лимоном	207	0,06		15,69	61,9
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 235	62,82	43,00	112,97	1054,10
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Слойка Аппетитная	100	2,94	4	20,06	148
651	Молоко порционное	200	5,32	6	32,78	206,2
Итого за 2 Ужин		300	8,26	10,00	52,84	354,20
Итого за день		4 188	178,29	166,00	561,02	4636,60

Согласовано:

Утверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"

_____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА**(четверг)**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12	1,85	157,2
1 178,01	Запеканка из творога с фруктами (банан,груша)	100	13,95	11	14,1	210,5
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		735	40,76	42,00	104,71	1035,30
<u>Обед</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	100	5,08	6	6,7	103,8
1 099	Салат из свежих огурцов, моркови и яйцом с маслом растительным, Лужок	100	3,29	10	2,33	119,2
577,01	Суп Харчо с филе куриным	250	2,11	7	14,7	188,5
1 019	Суп-пюре из картофеля	250	3,07	6	26,7	276,8
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
858	Шницель рыбный натуральный	100	15,96	12	10,63	214,6
1 250	Котлета куриная «Сливочная»	100	21,79	13	5,14	221,3
1 317	Картофель запеченный	180	4,05	5	39,47	224,8
999	Капуста тушеная	180	4,78	9	18,98	170,6
1 126	Соус сметанный	50	0,3	2	2,89	27,8
1 117	Компот Искра	200	0,05		25,19	101,7
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 608	69,15	73,00	194,31	1886,40
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		390	4,20	5,00	68,23	373,30
<u>Ужин</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
835	Помидоры порционно	100	1,1		13,76	123,8
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
437	Гуляш из мяса свинины	100	15,32	16	3,84	183,6
1 073	Тефтели из индейки с луком	100	20,24	12	12,25	235,4
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,07	8	52,46	321,1
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
935	Йогурт	125	6,25	4	10,63	108,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1	24,4	121
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 378	69,39	55,00	214,79	1683,80
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Полоска слоеная	80	0,58	1	22,44	101,8
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за 2 Ужин		280	6,38	6,00	30,44	207,80
Итого за день		4 391	189,88	181,00	612,48	5186,60

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(пятница)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным	250	11,66	10	55,71	362
1 330	Блинчики со сгущенкой	70	4,26	9	9,91	140,7
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22	50,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		855	29,51	36,00	128,11	974,40
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	100	1,38	1	11,2	61,3
820,02	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и морковью с маслом растительным	100	1,48	8	8,65	105,9
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,48	7	12,13	126,5
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной	250	4,92	8	22,11	184,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
907	Тефтели мясные с луком	100	14,01	14	13,84	239,1
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	120	25,55	13	5,47	227,9
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
523,02	Капуста цветная отварная	180	5,36	10	8,99	148,4
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	294
932	Компот из кураги	200	0,78		22,62	101
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 638	70,21	72,00	201,06	1778,10
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	50	2,95	2	20,83	183
981	Груши	180	1	1	25,75	117,5
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0.2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		430	4,55	3,00	79,18	440,50
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	79
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 150	Котлеты Пожарские	100	21,02	22	16,14	290,5
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	280	23,84	33	43,66	604,8
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,07	8	52,46	321,1
1 467	Сырок творожный	50	4,1	13	16,15	198,9
686	Чай с лимоном*	207	0,06		15,69	61,9
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 160	68,60	92,00	193,12	1881,20
<u>2 Ужин</u>						
948	Маффин ванильный	40	6,56	4	33,34	156,5
914,01	Молочный коктейль	200	6,2	5	41,8	238
Итого за 2 Ужин		240	12,76	9,00	75,14	394,50
Итого за день		4 323	185,63	212,00	676,61	5468,70

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(суббота)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
945	Шарлотка творожная с яблоками	100	14,12	10	13,91	202
233	Омлет с зеленым горошком	100	7,61	15	3,44	178,6
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4	14,38	152
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Завтрак		735	38,28	44,00	100,41	1010,20
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	100	2,43	10	14,44	204,4
1 096,05	Салат Фасолинка	100	3,36	2	6,65	62,4
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	3,56	8	19,71	164,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 033	Свекольник со сметаной	250	3,45	4	28,38	164
254	Шницель из индейки	100	16,74	11	15,44	264,8
893	Жаркое по-домашнему из цыпленка	280	29,3	25	25,48	588,2
1 000,02	Булгур рассыпчатый	180	6,25	7	44,64	266,5
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 618	75,03	72,00	223,17	2082,60
<u>Полдник</u>						
1 140	Вафли	40	2,96	4	29,24	162,8
974	Бананы	240	3,6	1	50,4	230,4
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		480	7,16	5,00	112,24	533,20
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,99	10	30,42	91,4
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		12,59	55,1
256	Рыба отварная	100	12,48	1	0,9	91,5
1 087	Кнели куриные паровые	100	17,79	18	6,11	214,6
959	Рагу из овощей	180	4,28	9	28,29	209,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1	24,4	121
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 428	58,36	53,00	212,45	1442,00
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Булочка с повидлом	70	6,64	5	18	206,6
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за 2 Ужин		270	12,44	10,00	26,00	312,60
Итого за день		4 531	191,27	184,00	674,27	5380,60

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

_____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА**(воскресенье)**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
962,01	Омлет с помидором, перцем	100	8,78	12	12,39	182,2
365	Сырники творожные	75	16,87	11	22,7	263,9
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		690	38,02	40,00	112,45	960,00
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
914,06	Яйцо с зеленым горошком	100	10,27	8	3,4	131,7
1 096,01	Салат Полянка	100	1,08	10	2,55	108,8
1 165,01	Суп из овощей с цветной капустой, со сметаной	250	2,29	5	13,4	108,4
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	250	3,17	8	22,52	178,4
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 076,01	Печень, тушеная в томатном соусе	130	20,56	13	6,9	230,6
1 202	Зразы Верх-Исетские	100	10,85	14	49,12	367,8
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,07	8	52,46	321,1
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,7	3	3,37	39,5
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 648	77,05	79,00	273,78	2162,50
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
975	Мандарины	150	1,4		13,13	66,5
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		390	5,00	4,00	66,66	369,30
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,99	10	30,42	91,4
1 436	Чахохбили	130	18,18	16	3,02	164,3
1 107	Биточек рыбный	100	13,25	9	15,89	201,2
999	Капуста тушеная	180	4,78	9	18,98	170,6
995	Пюре картофельное	180	4,39	7	29,45	196,9
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
686	Чай с лимоном	207	0,06		15,69	61,9
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 275	57,46	65,00	175,60	1344,30
2 Ужин						
ТТК	Маффин зерновой	40	7,13	7	23,12	187,1
651	Молоко порционное	200	5,32	6	32,78	206,2
Итого за 2 Ужин		240	12,45	13,00	55,90	393,30
Итого за день		4 243	189,98	201,00	684,39	5229,40

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(понедельник)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,75	10	39,75	300
1 330	Блинчики со сметаной	70	3,05	7	7,1	100,8
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		648	31,18	39	101,54	955,3
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
813	Икра кабачковая пром.производства	100	1,2	7	7,4	97
1 096,02	Салат Розовый (свекла, морковь, яблоко, яйцо)	100	3,36	8	6,57	116,6
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	3	20,61	161,3
1 017	Суп картофельный с рыбными консервами	250	4,43	3	18,94	121
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	100	8,83	10	3,96	143
1 194,03	Котлета из мяса	100	25,16	21	5,17	363,3
511	Капуста брокколи отварная.	180	5,36	10	8,99	248,4
1 317	Картофель запеченный	180	4,05	5	39,47	224,8
930	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 708	64,9	70	172,44	1 798,20
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	40	2,36	2	16,67	146,4
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		390	3,56	3	63,97	356,9
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая ®	3	0,07		0,14	0,9
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		12,59	55,1
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем с маслом растительным	100	0,09	1	0,22	7,2
444	Плов с мясом	280	29,31	33	60,94	448,7
1 028	Колбаска витаминная	100	22,22	5	7,22	240
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
828	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9
686	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9
1 467	Сырок творожный	50	4,1	13	16,15	198,9
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 403	73,1	63	224,51	1 641,10
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Булочка с глазурью	50	7	10	47,92	305,6
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за 2 Ужин		275	12,8	15	55,92	411,6
Итого за день		4 424	185,54	190	618,38	5 163,10

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(вторник)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12	1,85	157,2
1 478	Суфле из творога	100	8,99	9	14,67	207
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		715	30,33	36,00	89,67	849,90
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 112	Винегрет овощной	100	1,56	8	9,1	116,2
14 519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	100	1,17	10	15,76	148,9
1 019	Суп-пюре из картофеля	250	3,07	6	26,7	276,8
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,48	7	12,13	126,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80
1 106	Гуляш из индейки	130	28,66	8	4,51	208,1
265	Рыба запеченная в молочном соусе	100	19,26	14	4,63	221,3
991,02	Фасоль стручковая отварная	180	5,5	11	6,6	89,9
512	Рис припущенный	180	4,46	6	46,68	294
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
932	Компот из кураги	200	0,78		22,62	101
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 668	79,32	75,00	213,72	1952,20
<u>Полдник</u>						
1 140	Вафли	40	2,96	4	29,24	162,8
981	Груши	180	0,72	1	18,54	84,6
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		420	4,28	5,00	80,38	387,40
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
835	Помидоры порционно	100	1,1		13,76	123,8
1 054	Котлета Детская мясная	100	15,55	13	15,99	251,3
1 067	Суфле из птицы	100	15,87	6	12,95	173,8
995	Пюре картофельное	180	3,73	6	25,03	167,4
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
686	Чай с лимоном	207	0,06		15,69	61,9
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 065	52,12	39,00	145,57	1236,20
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Слойка с абрикосом	90	6,64	5	43,79	246,6
914,01	Молочный коктейль	200	6,2	5	41,8	238
Итого за 2 Ужин		290	12,84	10,00	85,59	484,60
Итого за день		4 158	178,89	165,00	614,93	4910,30

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(среда)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	6,34	11	23,59	300
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4	0,22	50,2
1 330	Блинчики с творогом	70	3,05	7	7,1	100,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
854	Чай с молоком	200	1,36	2	17,18	88,1
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		855	24,24	37,00	97,39	900,70
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 099	Салат из свежих огурцов, моркови и яйцом с маслом растительным, Лужок	100	3,29	10	2,33	119,2
1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	100	5,08	6	6,7	103,8
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	250	5,58	4	23,86	152,5
1 049	Суп-пюре из гороха	250	9,25	2	27,15	162,5
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59		15,62	80
1 336,02	Свинина тушеная с луком и чесноком	110	16,79	15	8,65	373
1 137	Котлета рыбная из минтая	100	15,74	10	13,59	211,7
523,02	Капуста цветная отварная	180	5,36	10	8,99	148,4
995	Пюре картофельное	180	4,39	7	29,45	196,9
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		25,63	120,6
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 593	77,09	66,00	208,41	1918,50
<u>Полдник</u>						
1 192	Пряник (порц.)	40	2,36	2	16,67	146,4
980	Апельсины	150	1,35		12,15	64,5
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		390	4,31	2,00	61,42	350,90
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
835	Помидоры порционно	100	1,1		13,76	123,8
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
1 071	Рагу из птицы	280	34,27	14	34,92	392,8
1 122	Кнели мясные паровые	100	13,01	24	4,49	298,7
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
1 467	Сырок творожный	50	4,1	13	16,15	198,9
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
686	Чай с лимоном*	207	0,06		15,69	61,9
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Полдник		307	8,32	2,00	61,97	310,70
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Сдоба Волшебство	100	3,76	5	25,21	167,4
651	Молоко порционное	200	5,32	6	32,78	206,2
Итого за 2 Ужин		300	9,08	11,00	57,99	373,60
Итого за день		3 445	123,04	118,00	487,18	3854,40

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(четверг)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
1 178,01	Запеканка из творога с фруктами (банан,груша)	100	13,95	11	14,1	210,5
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12	1,85	157,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		715	39,06	42,00	96,21	983,50
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
14 519	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	2,54	7	9,95	106,8
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	100	1,38	1	11,2	61,3
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	250	6,66	7	18,9	189,6
1 175	Рассольник домашний со сметаной	250	2,87	8	16,18	138,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 150	Котлета из мяса кур	100	21,02	22	16,14	290,5
1 077	Плов с индейкой	280	29,31	23	60,94	548,7
998	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,07	8	52,46	321,1
600,01	Соус сметанный с томатом	5	0,07		0,34	4
917,02	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 573	83,56	79,00	251,65	2000,60
<u>Полдник</u>						
1 140	Вафли	40	2,96	4	29,24	162,8
976	Яблоки свежие	150	0,6	1	14,7	70,5
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		390	4,16	5,00	76,54	373,30
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,76	6	2,38	79
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,93	6	2,21	71,7
661	Котлета Домашняя	100	15,55	13	15,99	310
354	Рыба запеченная с картофелем по-русски	280	19,22	12	28,82	323
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
686	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 388	58,99	50,00	185,53	1559,80
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Маффин шоколадный	40	5,02	6	46,25	258,9
914	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106
Итого за 2 Ужин		240	10,82	11,00	54,25	364,90
Итого за день		4 306	196,59	187,00	664,18	5282,10

Согласовано:

Утверждаю директор
 ООО "Комбинат общественного питания"
 _____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА

(пятница)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12	1,85	157,2
1 478	Сырники	75	8,99	9	14,67	207
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2	10,88	64,2
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,9
971	Чай ягодный	200	0,1		12,97	59,9
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		690	30,33	36,00	89,67	849,90
<u>Обед</u>						
1 335	Зелень свежая	3	0,08		0,16	1,1
1 096,05	Салат Фасолинка	100	3,36	2	6,65	62,4
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	100	1,83	9	29,75	208
1 031	Борщ сибирский со сметаной	250	4,61	6	19,22	140,5
577,01	Суп Харчо с филе куриным	250	2,11	7	14,7	188,5
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8
1 202	Зразы Верх-Исетские	100	10,85	14	49,12	367,8
1 250	Филе куриное запеченное с помидором и сыром	100	21,79	13	5,14	221,3
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
1 322,02	Кус-кус с овощами (с маслом раст)	180	1,39	6	3,86	82,3
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,89	7	47,95	293,9
1 126	Соус томатный	50	0,3	2	2,89	27,8
932	Компот из кураги	200	0,78		22,62	101
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Обед		1 648	64,82	71,00	250,40	1978,90
<u>Полдник</u>						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3	4	20,93	162,8
981	Груши	180	0,72	1	18,54	84,6
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Полдник		420	4,32	5,00	72,07	387,40
<u>Ужин</u>						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07		0,14	0,9
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,99	10	30,42	91,4
836	Огурцы свежие порционно	100	0,8		12,59	55,1
166	Рыба припущенная.	100	19,91	1	0,11	190,6
1 062	Тефтели мясные с рисом	100	12,06	23	7,99	291,4
995	Пюре картофельное	180	4,39	7	29,45	196,9
999	Капуста тушеная	180	4,78	9	18,98	170,6
686	Чай с лимоном	207	0,06		15,69	61,9
935	Йогурт порционный	125	6,25	4	10,63	108,8
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1	29,28	145,2
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,4	1	17	103,6
Итого за Ужин		1 195	57,57	56,00	172,28	1416,40
<u>2 Ужин</u>						
ТТК	Слойка с малиной	90	9,46	8	20,1	295,1
914,01	Молочный коктейль	200	6,2	5	41,8	238
Итого за 2 Ужин		290	15,66	13,00	61,90	533,10
Итого за день		4 243	172,70	181,00	646,32	5165,70

Согласовано:

Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"

_____ О.Ю.Козырева

МЕНЮ ЛАГЕРЬ ДРУЖБА ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ

(суббота)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	9,75	10	39,75	300
1 330	Блинчики с мясом	70	3,05	7	7,1	100,8
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1
97	Сыр (порциями)	15	3,9	4		52,8
1 110	Чай с лимоном	207	3,84	4	14,38	152
693	Батон	50	3,75	1	25,7	131
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8
Итого за Завтрак		622	26,07	34,00	95,56	854,50
<u>Завтрак 2</u>						
696,01	Шоколад в ассортименте 100гр	100				
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,6		32,6	140
Итого за Завтрак 2		300	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за день		922	26,67	34,00	128,16	994,50