

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	Эн ккал
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12,00	1,85	157,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97,01	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,90
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148,02	Хлеб ржаной I	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Завтрак		615	26,46	31,40	91,34	776,20
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 101	Салат из моркови и яблок с маслом растительным	80	0,69	4,00	6,42	66,56
1 523	Икра кабачковая для детского питания	80	0,96	4,00	6,16	62,64
139	Суп картофельный с бобовыми	200	5,65	5,60	20,62	150,40
1 021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,64	7,20	16,65	141,60
1 063	Тефтели рыбные.	90	11,39	5,40	11,83	140,85
1 051	Бефстроганов из свинины	90	11,36	10,80	4,91	253,80
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,93	4,17	29,97	183,67
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,39	6,67	43,72	267,58
932	Компот из кураги	200	0,78	0,00	22,62	101,00
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 333	55,31	49,83	204,46	1593,80
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3,00	4,00	20,93	162,80
980	Апельсины	150	1,53	0,00	13,77	73,10
707,02	Сок пакегированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		390	5,13	4,00	67,30	375,90
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
836	Огурцы свежие порционно	80	0,64	0,00	10,07	44,08
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем с маслом растительным	80	0,07	0,80	0,18	5,76
661	Котлета Домашняя	90	14,00	11,70	14,39	279,00
1 067	Суфле из птицы	90	14,28	5,40	11,66	156,42
995	Пюре картофельное	150	3,66	5,83	24,54	164,08
523,06	Капуста белокочанная отварная	150	3,80	7,50	13,45	175,92
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,70	3,00	3,37	39,50
686	Чай с лимоном	207	0,06	0,00	15,69	61,90
828	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,90
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
897,01	Хлеб пшеничный I с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1325	51,79	40,23	165,37	1345,06
2 Ужин						
ТТК	Сдоба Волшебство	100	5,76	2,00	50,01	240,90
914,01	Молочный коктейль	200	6,20	5,00	41,80	238,00
Итого за 2 Ужин		300	11,96	7,00	91,81	478,90
Итого за день		3 913	150,66	132,47	620,27	4569,86

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	Эн ккал
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,80	8,00	31,80	240,00
1 330	Блинчики с курицей	70	3,05	7,00	7,10	100,80
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5,00	0,28	62,80
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4,00	14,38	152,00
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Завтрак		835	30,90	37,00	111,36	969,00
Обед						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
14 519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	80	0,94	8,00	12,61	119,12
951	Винегрет овощной с соевым огурцом	80	1,93	5,60	7,77	90,24
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,54	6,40	18,02	142,72
1 165,01	Суп из овощей с цветной капустой, со сметаной	200	1,83	4,00	10,72	86,72
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
1 028	Колбаска витаминная	90	20,00	4,50	6,50	216,00
437,01	Гуляш из мяса свинины	90	12,02	22,50	3,49	247,50
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
1 000,02	Булгур рассыпчатый	150	5,21	5,83	37,20	222,08
600,01	Соус сметанный с томатом	50	0,70	3,00	3,37	39,50
917,02	Компот из ягод	200	0,15	0,00	19,06	78,40
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 388	60,55	68,67	200,27	1724,50
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	2,95	2,00	20,83	183,00
974	Бананы	240	3,60	1,00	50,40	230,40
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		490	7,15	3,00	103,83	553,40
Ужин						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
835	Помидоры порционно	80	0,88	0,00	11,01	99,04
466	Биточек из мяса паровой	90	14,98	8,10	7,93	167,22
166	Рыба припущенная.	90	17,92	0,90	0,10	171,54
518	Картофель отварной	150	3,36	5,83	26,99	183,33
511	Капуста брокколи отварная.	150	4,47	8,33	7,49	207,00
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
828	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,90
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,00	15,16	59,90
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
1 467	Сырок творожный	50	4,10	13,00	16,15	198,90
Итого за Ужин		1 213	54,21	44,17	144,86	1446,57
2 Ужин						
ТТК	Маффин шоколадный	40	3,77	6,00	20,84	130,60
914	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за 2 Ужин		240	9,57	11,00	28,84	236,60
Итого за день		4 166	162,38	163,83	589,16	4930,07

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	Эн ккал
Завтрак						
365	Сырники творожные	75	16,87	11,00	22,70	263,90
961	Омлет с капустой	100	7,61	15,00	3,44	178,60
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
854	Чай с молоком	200	1,36	2,00	17,18	88,10
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Завтрак		910	42,75	51,80	138,20	1248,20
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
992	Салат из белокочанной капусты с огурцом, Здоровье	80	1,00	4,00	14,70	107,04
25	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соевым маслом, горошком и растительным маслом, Степной	80	1,12	0,00	5,84	29,76
1 022	Солянка рыбная со сметаной	200	3,55	6,40	4,02	139,36
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	5,33	5,60	15,12	151,68
637	Азу из говядины с картофелем	250	17,06	21,43	28,73	383,93
319	Оладьи из печени	90	16,26	9,90	13,37	211,23
512	Рис припущенный	150	3,72	5,00	38,90	245,00
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	1,80	2,02	23,70
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	25,63	120,60
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 373	56,67	56,13	189,89	1638,00
Полдник						
975	Мандарины	100	0,80	0,00	7,50	38,00
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
1 140	Вафли	40	2,96	4,00	29,24	162,80
Итого за Полдник		340	4,36	4,00	69,34	340,80
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем с маслом растительным	80	0,07	0,80	0,18	5,76
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	80	0,61	4,80	1,90	63,20
288	Птица отварная	90	27,25	1,80	0,93	132,30
375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	90	7,95	9,00	3,56	128,70
991,02	Фасоль стручковая отварная	150	4,58	9,17	5,50	74,92
996	Пюре картофельное с морковью	150	2,69	4,17	23,36	136,67
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
686	Чай с лимоном	207	0,06	0,00	15,69	61,90
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 095	57,16	36,93	105,02	954,42
2 Ужин						
ТТК	Слойка Аппетитная	100	2,94	4,00	20,06	148,00
651	Молоко порционное	200	5,32	6,00	32,78	206,20
Итого за 2 Ужин		265	8,26	10,00	52,84	354,20
Итого за день		3 988	169,21	158,86	555,29	4535,62

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
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12,00	1,85	157,20
1 178,01	Запеканка из творога с фруктами (банан,груша)	100	13,95	11,00	14,10	210,50
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
919	Какао с молоком	200	3,87	4,00	20,08	190,00
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Завтрак		935	45,86	48,40	136,40	1240,90
Обед						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	80	4,06	4,80	5,36	83,04
1 099	Салат из свежих огурцов, моркови и яйцом с маслом растительным, Лужок	80	2,63	8,00	1,86	95,36
577,01	Суп Харчо с филе куриным	200	1,69	5,60	11,76	150,80
1 019	Суп-пюре из картофеля	200	2,46	4,80	21,36	221,44
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
858	Шницель рыбный натуральный	90	14,36	10,80	9,57	193,14
1 250	Котлета куриная «Сливочная»	90	19,61	11,70	4,63	199,17
1 317	Картофель запеченный	150	3,38	4,17	32,89	187,33
999	Капуста тушеная	150	3,98	7,50	15,82	142,17
1 126	Соус сметанный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
1 117	Компот Искра	200	0,05	0,00	25,19	101,70
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 368	61,07	61,57	171,75	1628,13
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3,00	4,00	20,93	162,80
976	Яблоки свежие	150	0,60	1,00	14,70	70,50
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		390	4,20	5,00	68,23	373,30
Ужин						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
835	Помидоры порционно	80	0,88	0,00	11,01	99,04
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
437	Гуляш из мяса свинины	90	13,79	14,40	3,46	165,24
1 073	Тефтели из индейки с луком	90	18,22	10,80	11,03	211,86
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,39	6,67	43,72	267,58
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
935	Йогурт	125	6,25	4,00	10,63	108,80
828	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,90
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,00	15,16	59,90
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 163	62,43	48,50	193,25	1500,30
2 Ужин						
ТТК	Полоска слоеная	80	0,58	1,00	22,44	101,80
914	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за 2 Ужин		265	6,38	6,00	30,44	207,80
Итого за день		4 131	179,95	169,47	600,07	4950,43

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	Эн ккал
Завтрак						
845	Каша гречневая вязкая молочная с маслом сливочным	200	9,33	8,00	44,57	289,60
1 330	Блинчики со сгущенкой	70	4,26	9,00	9,91	140,70
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4,00	0,22	50,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
971	Чай ягодный	200	0,10	0,00	12,97	59,90
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		805	27,18	34,00	116,97	902,00
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	80	1,10	0,80	8,96	49,04
820,02	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и морковью с маслом растительным	80	1,18	6,40	6,92	84,72
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,98	5,60	9,70	101,20
1 018	Суп с крупой пшенной "Волна" со сметаной	200	3,94	6,40	17,69	147,60
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
907	Тефтели мясные с луком	90	12,61	12,60	12,46	215,19
1 070	Рыба тушеная в томате с овощами	90	19,16	9,75	4,10	170,93
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
523,02	Капуста цветная отварная	150	4,47	8,33	7,49	123,67
512	Рис припущенный	150	3,72	5,00	38,90	245,00
932	Компот из кураги	200	0,78	0,00	22,62	101,00
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 378	58,61	59,08	177,06	1516,72
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	50	2,95	2,00	20,83	183,00
981	Груши	180	1,00	1,00	25,75	117,50
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		430	4,55	3,00	79,18	440,50
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	80	0,61	4,80	1,90	63,20
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
1 150	Котлеты Пожарские	90	18,92	19,80	14,53	261,45
1 100	Запеканка картофельная с мясом.	220	18,73	25,93	34,30	475,20
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,39	6,67	43,72	267,58
1 467	Сырок творожный	50	4,10	13,00	16,15	198,90
686	Чай с лимоном*	207	0,06	0,00	15,69	61,90
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 000	59,25	78,20	171,33	1627,77
2 Ужин						
948	Маффин ванильный	40	6,56	4,00	33,34	156,50
914,01	Молочный коктейль	200	6,20	5,00	41,80	238,00
Итого за 2 Ужин		240	12,76	9,00	75,14	394,50
Итого за день		3 853	162,35	183,28	619,68	4881,50

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
Завтрак						
945	Шарлотка творожная с яблоками	100	14,12	10,00	13,91	202,00
233	Омлет с зеленым горошком	100	7,61	15,00	3,44	178,60
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
1 110	Кофейный напиток с молоком	200	3,84	4,00	14,38	152,00
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Завтрак		935	40,27	47,20	124,35	1240,52
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 025	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	80	1,94	8,00	11,55	163,52
1 096,05	Салат Фасолинка	80	2,69	1,60	5,32	49,92
1 058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	2,85	6,40	15,77	131,52
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
1 033	Свекольник со сметаной	200	2,76	3,20	22,70	131,20
254	Шницель из индейки	90	15,07	9,90	13,90	238,32
893	Жаркое по-домашнему из цыпленка	220	23,02	19,64	20,02	462,16
1 000,02	Булгур рассыпчатый	150	5,21	5,83	37,20	222,08
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
917,02	Компот из ягод	200	0,15	0,00	19,06	78,40
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 358	63,36	58,78	193,73	1755,50
Полдник						
1 140	Вафли	40	2,96	4,00	29,24	162,80
974	Бананы	240	3,60	1,00	50,40	230,40
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		480	7,16	5,00	112,24	533,20
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	80	0,79	8,00	24,34	73,12
836	Огурцы свежие порционно	80	0,64	0,00	10,07	44,08
256	Рыба отварная	90	11,23	0,90	0,81	82,35
1 087	Кнели куриные паровые	90	16,01	16,20	5,50	193,14
959	Рагу из овощей	150	3,57	7,50	23,58	174,75
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
1 126	Соус томатный	50	0,30	2,00	2,89	27,80
1 188	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,97	63,80
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,00	15,16	59,90
897	Хлеб пшеничный	50	4,05	1,00	24,40	121,00
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 308	52,95	46,43	190,44	1298,16
2 Ужин						
ТТК	Булочка с повидлом	70	6,64	5,00	18,00	206,60
914	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за 2 Ужин		275	12,44	10,00	26,00	312,60
Итого за день		4 361	176,17	167,41	646,77	5139,98

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	12,00	12,39	182,20
365	Сырники творожные	75	16,87	11,00	22,70	263,90
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
854	Чай с молоком	200	1,36	2,00	17,18	88,10
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		890	41,13	45,60	130,95	1190,00
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
914,06	Яйцо с зеленым горошком	80	8,22	6,40	2,72	105,36
1 096,01	Салат Полянка	80	0,86	8,00	2,04	87,04
1 165,01	Суп из овощей с цветной капустой, со сметаной	200	1,83	4,00	10,72	86,72
1 030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,54	6,40	18,02	142,72
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
1 076,01	Печень, тушеная в томатном соусе	90	14,23	9,00	4,78	159,65
1 202	Зразы Верх-Исетские	90	9,77	12,60	44,21	331,02
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,39	6,67	43,72	267,58
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	1,80	2,02	23,70
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	25,63	120,60
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 378	63,00	63,70	240,29	1831,01
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3,00	4,00	20,93	162,80
975	Мандарины	150	1,40	0,00	13,13	66,50
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		390	5,00	4,00	66,66	369,30
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	80	0,79	8,00	24,34	73,12
1 436	Чахохбили	90	12,59	11,08	2,09	113,75
1 107	Биточек рыбный	90	11,93	8,10	14,30	181,08
999	Капуста тушеная	150	3,98	7,50	15,82	142,17
995	Пюре картофельное	150	3,66	5,83	24,54	164,08
1 126	Соус томатный	50	0,30	2,00	2,89	27,80
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
686	Чай с лимоном	207	0,06	0,00	15,69	61,90
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 125	48,63	53,31	158,48	1179,76
2 Ужин						
ТТК	Маффин зерновой	40	7,13	7,00	23,12	187,10
651	Молоко порционное	200	5,32	6,00	32,78	206,20
Итого за 2 Ужин		240	12,45	13,00	55,90	393,30
Итого за день		4 053	170,21	179,61	652,28	4963,36

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
Завтрак						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,80	8,00	31,80	240,00
1 330	Блинчики со сметаной	70	3,05	7,00	7,10	100,80
349,01	Яйцо отварное шт	50	5,08	5,00	0,28	62,80
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
919	Какао с молоком	200	3,87	4,00	20,08	190,00
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		815	29,23	37,00	108,56	955,20
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
813	Икра кабачковая пром.производства	80	0,96	5,60	5,92	77,60
1 096,02	Салат Розовый (свекла, морковь, яблоко, яйцо)	80	2,69	6,40	5,26	93,28
1 050	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,32	2,40	16,49	129,04
1 017	Суп картофельный с рыбными консервами	200	3,54	2,40	15,15	96,80
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
375,01	Рыба «Лакомка» с горбушей	90	7,95	9,00	3,56	128,70
1 194,03	Котлета из мяса	90	22,64	18,90	4,65	326,97
511	Капуста брокколи отварная.	150	4,47	8,33	7,49	207,00
1 317	Картофель запеченный	150	3,38	4,17	32,89	187,33
930	Напиток Ягодка	200	0,12	0,00	14,85	61,10
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 348	57,55	60,20	152,75	1569,52
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	40	2,36	2,00	16,67	146,40
976	Яблоки свежие	150	0,60	1,00	14,70	70,50
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		390	3,56	3,00	63,97	356,90
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая ®	3	0,07	0,00	0,14	0,90
836	Огурцы свежие порционно	80	0,64	0,00	10,07	44,08
993	Салат из свежих помидоров и огурцов, перцем с маслом растительным	80	0,07	0,80	0,18	5,76
444	Плов с мясом	250	26,17	29,46	54,41	400,63
1 028	Колбаска витаминная	90	20,00	4,50	6,50	216,00
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
828	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	14,97	59,90
686	Чай с лимоном*	200	0,06	0,00	15,16	59,90
1 467	Сырок творожный	50	4,10	13,00	16,15	198,90
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 233	66,12	56,80	205,55	1496,46
2 Ужин						
ТТК	Булочка с глазурью	50	7,00	10,00	47,92	305,60
914	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за 2 Ужин		275	12,80	15,00	55,92	411,60
Итого за день		4 061	169,27	172,00	586,75	4789,69

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
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12,00	1,85	157,20
1 478	Суфле из творога	100	8,99	9,00	14,67	207,00
902	Молоко сгущенное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
971	Чай ягодный	200	0,10	0,00	12,97	59,90
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		915	34,53	44,80	115,87	1089,90
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 112	Винегрет овощной	80	1,25	6,40	7,28	92,96
14 519,01	Салат из кукурузы с яйцом и луком	80	0,94	8,00	12,61	119,12
1 019	Суп-пюре из картофеля	200	2,46	4,80	21,36	221,44
124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,98	5,60	9,70	101,20
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59	0,00	15,62	80,00
1 106	Гуляш из индейки	90	19,84	5,54	3,12	144,07
265	Рыба запеченная в молочном соусе	90	17,33	12,60	4,17	199,17
991,02	Фасоль стручковая отварная	150	4,58	9,17	5,50	74,92
512	Рис припущенный	150	3,72	5,00	38,90	245,00
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
932	Компот из кураги	200	0,78	0,00	22,62	101,00
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 148	Хлеб ржаной	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 398	65,14	61,31	189,10	1657,26
Полдник						
1 140	Вафли	40	2,96	4,00	29,24	162,80
981	Груши	180	0,72	1,00	18,54	84,60
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		420	4,28	5,00	80,38	387,40
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
835	Помидоры порционно	80	0,88	0,00	11,01	99,04
1 054	Котлета Детская мясная	90	14,00	11,70	14,39	226,17
1 067	Суфле из птицы	90	14,28	5,40	11,66	156,42
995	Пюре картофельное	150	3,11	5,00	20,86	139,50
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
686	Чай с лимоном	207	0,06	0,00	15,69	61,90
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		955	47,83	34,10	134,15	1115,57
2 Ужин						
ТТК	Слойка с абрикосом	90	6,64	5,00	43,79	246,60
914,01	Молочный коктейль	200	6,20	5,00	41,80	238,00
Итого за 2 Ужин		275	12,84	10,00	85,59	484,60
Итого за день		3 963	164,62	155,21	605,09	4734,73

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
Завтрак						
823	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	5,07	8,80	18,87	240,00
349,01	Яйцо отварное шт	40	4,06	4,00	0,22	50,20
1 330	Блинчики с творогом	70	3,05	7,00	7,10	100,80
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
854	Чай с молоком	200	1,36	2,00	17,18	88,10
693	Багон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		805	22,97	34,80	92,67	840,70
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 099	Салат из свежих огурцов, моркови и яйцом с маслом растительным, Лужок	80	2,63	8,00	1,86	95,36
1 157	Салат из отварной свеклы с сыром	80	4,06	4,80	5,36	83,04
1 017,01	Суп картофельный с рыбой	200	4,46	3,20	19,09	122,00
1 049	Суп-пюре из гороха	200	7,40	1,60	21,72	130,00
943	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,59	0,00	15,62	80,00
1 336,02	Свинина тушеная с луком и чесноком	90	13,74	12,27	7,08	305,18
1 137	Котлета рыбная из минтая	90	14,17	9,00	12,23	190,53
523,02	Капуста цветная отварная	150	4,47	8,33	7,49	123,67
995	Пюре картофельное	150	3,66	5,83	24,54	164,08
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	25,63	120,60
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 363	66,20	55,04	187,06	1664,36
Полдник						
1 192	Пряник (порц.)	40	2,36	2,00	16,67	146,40
980	Апельсины	150	1,35	0,00	12,15	64,50
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		390	4,31	2,00	61,42	350,90
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
835	Помидоры порционно	80	0,88	0,00	11,01	99,04
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
1 071	Рагу из птицы	220	26,93	11,00	27,44	308,63
1 122	Кнели мясные паровые	90	11,71	21,60	4,04	268,83
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
1 467	Сырок творожный	50	4,10	13,00	16,15	198,90
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
686	Чай с лимоном*	207	0,06	0,00	15,69	61,90
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 010	59,50	59,43	164,21	1505,96
2 Ужин						
ТТК	Сдоба Волшебство	100	3,76	5,00	25,21	167,40
651	Молоко порционное	200	5,32	6,00	32,78	206,20
Итого за 2 Ужин		275	9,08	11,00	57,99	373,60
Итого за день		3 843	162,06	162,27	563,35	4735,52

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
Завтрак						
1 178,01	Запеканка из творога с фруктами (банан,груша)	100	13,95	11,00	14,10	210,50
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12,00	1,85	157,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
919	Какао с молоком	200	3,87	4,00	20,08	190,00
693	Багон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		915	41,05	45,20	120,15	1213,82
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
14 519	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	80	2,03	5,60	7,96	85,44
1 163,01	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	80	1,10	0,80	8,96	49,04
1 015	Суп-лапша на курином бульоне	200	5,33	5,60	15,12	151,68
1 175	Рассольник домашний со сметаной	200	2,30	6,40	12,94	110,80
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
1 150	Котлета из мяса кур	90	18,92	19,80	14,53	261,45
1 077	Плов с индейкой	220	23,03	18,07	47,88	431,12
998	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,39	6,67	43,72	267,58
600,01	Соус сметанный с томатом	5	0,07	0,00	0,34	4,00
917,02	Компот из ягод	200	0,15	0,00	19,06	78,40
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 333	70,81	65,94	216,99	1701,21
Полдник						
1 140	Вафли	40	2,96	4,00	29,24	162,80
976	Яблоки свежие	150	0,60	1,00	14,70	70,50
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		390	4,16	5,00	76,54	373,30
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
12,01	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	80	0,61	4,80	1,90	63,20
1 249	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,74	4,80	1,77	57,36
661	Котлета Домашняя	90	14,00	11,70	14,39	279,00
354	Рыба запеченная с картофелем по-русски	250	17,16	10,71	25,73	288,39
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
1 188	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,97	63,80
686	Чай с лимоном	200	0,06	0,00	15,16	59,90
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 278	53,72	43,85	171,93	1415,07
2 Ужин						
ТТК	Маффин шоколадный	40	5,02	6,00	46,25	258,90
914	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за 2 Ужин		260	10,82	11,00	54,25	364,90
Итого за день		4 176	180,56	170,99	639,87	5068,30

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
Завтрак						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,23	12,00	1,85	157,20
1 478	Суфле из творога	100	8,99	9,00	14,67	207,00
902	Молоко сгущеное	20	1,58	2,00	10,88	64,20
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
828	Чай с сахаром	200			14,97	59,90
971	Чай ягодный	200	0,10	0,00	12,97	59,90
693	Багон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		915	34,67	40,80	127,97	1064,46
Обед						
1 335	Зелень свежая	3	0,08	0,00	0,16	1,10
1 096,05	Салат Фасолинка	80	2,69	1,60	5,32	49,92
1 154,01	Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка	80	1,46	7,20	23,80	166,40
1 031	Борщ сибирский со сметаной	250	4,61	6,00	19,22	140,50
577,01	Суп Харчо с филе куриным	250	2,11	7,00	14,70	188,50
1 052	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1,00	0,04	11,80
1 202	Зразы Верх-Исетские	90	9,77	12,60	44,21	331,02
1 250	Филе куриное запеченное с помидором и сыром	90	19,61	11,70	4,63	199,17
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2,00	2,02	23,70
1 322,02	Кус-кус с овощами (с маслом раст)	150	1,16	5,00	3,22	68,58
516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,58	5,83	39,96	244,92
1 126	Соус томатный	30	0,18	1,20	1,73	16,68
932	Компот из кураги	200	0,78	0,00	22,62	101,00
897,01	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 147	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Обед		1 508	58,85	63,13	227,90	1792,09
Полдник						
1 141	Печенье детское (конд изд)	40	3,00	4,00	20,93	162,80
981	Груши	180	0,72	1,00	18,54	84,60
707,02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Полдник		420	4,32	5,00	72,07	387,40
Ужин						
1 335,01	Зелень свежая	3	0,07	0,00	0,14	0,90
809	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	80	0,79	8,00	24,34	73,12
836	Огурцы свежие порционно	80	0,64	0,00	10,07	44,08
166	Рыба припущенная.	90	17,92	0,90	0,10	171,54
1 062	Тефтели мясные с рисом	90	10,85	20,70	7,19	262,26
995	Пюре картофельное	150	3,66	5,83	24,54	164,08
999	Капуста тушеная	150	3,98	7,50	15,82	142,17
686	Чай с лимоном	207	0,06	0,00	15,69	61,90
935	Йогурт порционный	125	6,25	4,00	10,63	108,80
897	Хлеб пшеничный	60	4,86	1,00	29,28	145,20
1 186	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,40	1,00	17,00	103,60
Итого за Ужин		1 075	52,49	48,93	154,80	1277,65
2 Ужин						
ТТК	Слойка с малиной	90	9,46	8,00	20,10	295,10
914,01	Молочный коктейль	200	6,20	5,00	41,80	238,00
Итого за 2 Ужин		275	15,66	13,00	61,90	533,10
Итого за день		4 193	165,98	170,87	644,64	5054,70

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
<i>Завтрак</i>						
883	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,80	8,00	31,80	240,00
1 330	Блинчики с мясом	70	3,05	7,00	7,10	100,80
1 259,01	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,00	0,13	66,10
97	Сыр (порциями)	15	3,90	4,00	0,00	52,80
1 110	Чай с лимоном	207	3,84	4,00	14,38	152,00
693	Батон	50	3,75	1,00	25,70	131,00
1 148	Хлеб ржаной	20	1,70	1,00	8,50	51,80
Итого за Завтрак		572	24,12	32,00	87,61	794,50
<i>Завтрак 2</i>						
696.01	Шоколад в ассортименте 100гр	100	0,00	0,00	0,00	0,00
707.02	Сок пакетированный в ассортименте 0,2	200	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за Завтрак 2		300	0,60	0,00	32,60	140,00
Итого за день		872	24,72	32,00	120,21	934,50