

1 день	Меню на 02 июня 2025 г.		7-11 лет ЛДП, ЛТО		Лагерь		
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
938/10	Фрукт свежий	1шт	38	44	0,4	0,4	15,43
97/13	Сыр	10	11,38	111	7,1	0,1	0
272	Каша манная с маслом	150/5	21,47	192,5	2,67	6,98	14,4
582/13	Чай с сахаром	200	2,28	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	505	77,18	526,5	14,7	10,18	64,29
	Обед						
165/13	Суп картофельный с бобовыми на курин бул	200	11,03	151,3	5,44	6,72	47,8
293	Курица запеченая	90	47	286,2	11,3	15,6	1,08
469	Макароны отварные	150	9,65	168	5,52	4,52	26,45
п/п	КМП питьевой (снежок, йогурт, кефир)	200	17,9	113	0,7	0,09	32
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	720	90,98	822,5	27	27,65	117,33
	Всего:		168,16	1349	41,6	37,83	181,62

директор:

зав производством:

2 день	Меню на 03 июня 2025 г.		7-11 лет ЛДП, ЛТО		Лагерь		
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
ТТК	Кондитерское изделие в инд упаковке	1шт	11,45	42,3	1,6	2,4	38,65
96/13	Масло сливочное	10	12,5	75	0,1	8,3	0,1
320	Запеканка из творога с сгущенным молоком	150/20	46,08	363,5	15,9	8,85	20,4
376	Чай с сахаром и лимоном	200	4,07	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	3,08	47	1,58	0,2	9,66
	Итого	500	77,18	587,8	19,3	19,77	83,81
	Обед						
135/13	Борщ из свежей капусты с мясом	5/250	14	183	11,4	12,5	76
377	Плов с курицей	30/170	52,93	460	18	20,5	58
389/17	Сок фруктовый	200	20	141	0,05	0	28,5
ТТК	Хлеб ржаной	60	4,05	104	4	0,72	10
	Итого	715	90,98	888	33,5	33,72	172,5
	Всего:		168,16	1476	52,7	53,49	256,31

директор:

зав производством:

3 день	Меню на 04 июня 2025 г.		7-11 лет ЛДП, ЛТО		Лагерь		
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
	Завтрак						
20/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	38,87	71	2,5	2,9	9
273	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	14,35	76,5	4,7	6,3	35
958	Кофейный напиток с молоком	200	19,4	393	10,5	10,4	30
ТТК	Батон пшеничный	45	4,56	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	587,5	19,3	19,8	83,66
	Обед						
166/13	Суп картофельный с вермишелью и курицей	5/200	17,14	241	6,5	4,53	22,6
386	Котлета из говядины	90	54,48	80,36	7	14	11,82
457/13	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,62	244	8,6	6,12	36,5
349	Компот из сухофруктов	200	5,64	113	0,7	0,09	32
ТТК	Хлеб ржаной	60	4,1	104	4	0,72	10
	Итого:	705	90,98	782,4	26,8	25,46	112,92
	Всего:		168,16	1370	46,1	45,26	196,58

директор:

зав производством:

4 день

Меню на 05 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
338/10	Фрукт свежий	1шт	26	44	0,4	0,4	15,43
307/13	Омлет натуральный	120	43,06	325	10	20	43
338	Чай с сахаром и лимоном	200	4,07	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	476	12,1	20,62	83,09
Обед							
144/13	Щи из свежей капусты с картофелем на кур б	200	12,09	276	9,4	16,41	30
667	Шницель рубленый из кур	90	55,39	133	8	6	22,7
469	Макароны отварные	150	8,1	168	5,52	4,52	26,45
389/17	Сок фруктовый	200	10	141	0,05	0	28,5
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	720	90,98	822	27	27,65	117,65
	Всего:		168,16	1298	39	48,27	200,74

директор:

зав производством:

5 день

Меню на 06 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
97/13	Сыр	20	19,5	111	7,1	0,1	0
ТТК	Кондитерское изделие в инд упаковке	1шт	27,35	163,3	2,7	10	29
272	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	24	134,2	4,95	6,98	20
332/13	Чай с сахаром	200	2,28	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	587,5	19,2	19,78	83,46
Обед							
70	Овощи натуральные соленые/свежие	60	13,5	40,14	8,19	2,155	4,37
153/13	Рассольник Ленинградский на мясн бул	200	11	283	5,2	5,8	2
420	Запеканка картофельная с мясом	20/180	51,13	282	9,3	18,8	85,9
342	Компот из свежих яблок	200	9,95	114	0,16	0,16	15
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	740	90,98	823,1	26,9	27,64	117,27
	Всего:		168,16	1411	46,1	47,42	200,73

директор:

зав производством:

6 день

Меню на 09 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
96/13	Масло сливочное	10	10	111	7,2	9	0,1
338/10	Фрукт свежий	1шт	37,59	177	7,8	3,45	44,7
272	Каша манная с маслом	150/5	21,47	192,5	2,67	6,98	14,4
376	Чай с сахаром и лимоном	200	4,07	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	505	77,18	587,5	19,3	19,65	83,86
Обед							
65/13	Суп картофельный с бобовыми и курицей	5/200	11,03	108	4,39	4,21	13,1
293	Курица запеченая	90	62,11	286,2	11,3	15,6	1,08
469	Макароны отварные	150	8,1	168	5,52	4,52	26,45
349	Компот из сухофруктов	200	5,64	113	0,7	0,09	32
ТТК	Хлеб ржаной	80	4,1	104	4	0,72	10
	Итого:	725	90,98	779,2	25,9	25,14	82,63
	Всего:		168,16	1367	45,2	44,79	166,49

директор:

зав производством:

7 день

Меню на 10 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
№ рецепт	Завтрак						
420/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	38,87	71	2,5	2,9	9
273	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	20,95	76,5	4,7	6,3	35
582/13	Какао с молоком	200	12,8	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	45	4,56	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	326,5	11,7	11,9	78,46
	Обед						
35/13	Борщ из свежей капусты с картоф, на мясн б	200	12,38	140	9,8	10,1	37
369	Гуляш из говядины	40/50	50,8	223	8,76	9	20
471	Картофельное пюре	150	12,4	174	3,5	5,6	18,2
389/17	Сок фруктовый	200	10	141	0,05	0	28,5
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	720	90,98	782	26,1	25,42	113,7
	Всего:		168,16	1109	37,8	37,32	192,16

директор:

зав производством:

8 день

Меню на 11 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
№ рецепт	Завтрак						
338/10	Фрукт свежий	1шт	26	177	7,8	3,45	44,7
320	Запеканка из творога с повидлом	150/20	44,85	232	7	14	4,6
582/13	Чай с сахаром	200	2,28	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	510	77,18	588	19,3	20,15	83,76
	Обед						
144/13	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	5/250	15	290	3,6	9	31
377	Плов с курицей	30/170	46,59	460	18	20,5	58
п/п	КМП питьевой (снежок, йогурт, кефир)	200	25	113	0,7	0,09	32
ТТК	Хлеб ржаной	65	4,39	104	4	0,72	10
	Итого:	720	90,98	967	26,3	30,31	131
	Всего:		168,16	1555	45,6	50,46	214,76

директор:

зав производством:

9 день

Меню на 16 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
№ рецепт	Завтрак						
ТТК	Кондитерское изделие в инд упаковке	1шт	42,56	285	8	3	19,7
272	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	26,5	134,2	4,95	6,98	20
528	Чай с сахаром и лимоном	200	4,07	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	526,2	14,6	10,2	64,36
	Обед						
53/13	Рассольник Ленинградский на курин бульоне	200	12,91	188	6	12,5	29
667	Шницель рубленый из кур	90	53,1	133	8	6	22,7
457/13	Каша гречневая рассыпчатая,,	150	9,62	244	8,6	6,12	36,5
342	Компот из свежих яблок	200	9,95	114	0,16	0,16	15
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	720	90,98	783	26,8	25,5	113,2
	Всего:		168,16	1309	41,4	35,7	177,56

директор:

зав производством:

10 день

Меню на 17 июня 2025г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
338/10	Фрукт свежий	1шт	44,6	30	10	1,3	5,6
272	Каша пшенная с маслом	200/5	26,25	303,7	5,6	7,5	43,6
582/13	Чай с сахаром	200	2,28	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	545	77,18	512,7	20,1	11,5	83,66
Обед							
165/13	Суп картофельный с вермишелью на курин б	200	11	83	5,9	4,53	47
293	Курица запеченая	90	56,48	286,2	11,3	15,6	1,08
469	Макароны отварные	150	8,1	168	5,52	4,52	26,45
389/17	Сок фруктовый	200	10	141	0,05	0	28,5
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	720	90,98	782,2	20,8	25,37	113,03
	Всего:		168,16	1295	40,9	36,87	196,69

директор:

зав производством:

11 день

Меню на 18 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
420/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	34	177	8	12,5	45
97/13	Сыр	20	17,7	111	7,1	0,1	0
272	Каша манная с маслом	150/5	17,36	192,5	2,67	6,98	14,4
582	Чай с сахаром и лимоном	200	4,07	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	515	77,18	587,5	19,4	19,8	84,06
Обед							
165/13	Суп картофельный с бобовыми на курин бул	250	11,03	108	4,39	4,21	13,1
377	Плов с курицей	30/170	70,21	460	18	20,5	58
349	Компот из сухофруктов	200	5,64	113	0,7	0,09	32
ТТК	Хлеб ржаной	80	4,1	104	4	0,72	10
	Итого:	730	90,98	785	27,1	25,52	113,1
	Всего:		168,16	1373	46,5	45,32	197,16

директор:

зав производством:

12 день

Меню на 19 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
338/10	Фрукт свежий	1шт	20	30	10	1,3	5,6
320	Запеканка из творога с сгущенным молоком	150/20	50,85	363,5	15,9	8,85	20,4
376	Чай с сахаром	200	2,28	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	500,5	27,6	10,37	50,66
Обед							
165/13	Суп картофельный с рыбными консервами	5/200	9,15	108	4,39	4,21	13,1
278	Тефтели из говядины с соусом	100	52,63	323	15	17	48
471	Картофельное пюре	150	12,4	174	3,5	5,6	18,2
556	Кисель из замороженных ягод	200	12,7	113	0,1	0,1	27,9
ТТК	Хлеб ржаной	80	4,1	104	4	0,72	10
	Итого:	735	90,98	822	27	27,63	117,2
	Всего:		168,16	1323	54,5	38	167,86

директор:

зав производством:

13 день

Меню на 20 июня 2025 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
97/13	Сыр	20	20	111	7,1	7,3	0
209/17	Яйцо вареное	40	14,1	61	4,55	9,57	19,5
273	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	34,96	76,5	4,7	6,3	35
582/13	Чай с сахаром и лимоном	200	4,07	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	4,05	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	505	77,18	427,5	20,8	25,87	88,96
Обед							
135/13	Борщ из свеж капусты с мясом	5/200	17,52	305	8,8	16,3	26
667	Шницель рубленый из кур	90	39,26	133	8	6	22,7
469	Макаронь отварные	150	8,1	168	5,52	4,52	26,45
п/1	КМП питьевой (снежок, йогурт, кефир)	200	20,7	113	0,7	0,09	32
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	725	90,98	823	27	27,63	117,15
	Всего:		168,16	1251	47,9	53,5	206,11

директор:

зав производством:

14 день

Меню на июня 2024 г.

7-11 лет ЛДП, ЛТО

Лагерь

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
Завтрак							
420/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	48	116	7,5	2,5	9
272	Каша пшенная с маслом	150/5	22,34	303,7	5,6	7,5	31
376	Чай с сахаром	200	2,28	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	45	4,56	47	1,58	0,2	9,66
	Итого:	500	77,18	526,7	14,8	10,22	64,66
Обед							
144/13	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	5/200	15	290	3,6	9	31
331	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	46,47	152	12,8	15	35,7
459	Рис отварной	150	14,11	102,4	4,8	3,96	36,67
389/17	Сок фруктовый	200	10	141	0,05	0	28,5
ТТК	Хлеб ржаной	80	5,4	104	4	0,72	10
	Итого:	732	90,98	789,4	25,3	28,68	141,87
	Всего:		168,16	1316	40	38,9	206,53

директор:

зав производством: