

СОГЛАСОВАНО

Начальник летнего оздоровительного

лагеря

на базе МАОУ СОШ № 1 г. Сысерть

Киямова К.Р.



«15» мая 2025 год

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО «ЭЛЕС»

Васьков Е.Д.



«15» мая 2025 год

Примерное 15-дневное меню для детского

оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей

на базе МАОУ СОШ № 1 г. Сысерть.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 г. Сысерть Княмова
 К.Р. *2025г.* "15" *2025г.*

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 1 ДЕНЬ 27.05.2025г.
 Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
 ООО "ОЛЕС" *15.05* Васьяков Е.Д.
2025г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные вещества (мг)							Витамины					Цена				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А.мг	Р.Э.мкг	Г.Э.мг	В1.мг	С.мг								
	Завтрак																								
17.4	Каша Дружба молочная с маслом с	200.10	2.92	9.65	0.58	36.62	268.23	6.85	31.44	212.5	0.84	35.8	31.84	0.77	0.12	0.16	0.51	31.69							
4.13	Вулканик с маслом и сыром	30.15.15	3.75	16.53	1.26	21.15	266.94	9.86	21.56	122.4	0.97	112	77	0.91	0.07	0.09	0.1	36.93							
17.1	Чай с сахаром	200	1.45	1.66	0.29	20.30	102.21	1	6.09	39.15	0.1	6	4	0	0.01	0.06	1.12	4.20							
	Яблоко свежее	150	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0								
	Итого за прием		0.00	0.18	0.20	30.57	127.44	0.05	13.49	14.36	0.64	0	40	0.35	0.01	0.02	50	25.00							
	Обед																								
	Огурцы свежие	60	0.00	0.06	0.06	30.16	127.59	0.02	21	29.2	0.7	0	700	1.1	0.02	0.04	0.005	17.55							
19.2	Суп картофельный с горохом с гренками м.р.	250.10	0.00	4.95	5.63	17.80	143.67	0.72	33.39	93.21	1.74	0	969.6	2.45	0.17	0.06	4.78	15.75							
4.8	Плов с индейкой	210	16.90	20.92	9.23	40.74	439.20	7.7	48.67	237.3	2.84	0	1242	4.46	0.08	0.14	0.6	105.00							
	Напиток из яблок и ягод	200	0.00	0.18	0.20	30.57	127.44	0.05	13.49	14.36	0.64	0	40	0.35	0.01	0.02	50	11.12							
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	26	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0.68	0.06	0.02	0								
	Итого за прием		0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	2.76							
	Итого за день		16.99	29.42	16.97	118.75	890.61	9.82	118.8	414.2	6.75	8.58	2375	8.88	0.44	0.29	62.84	152.18							
	Содержание, % от калорийности		15.00		33.00		55.00																		

Зав. прои. производством

Бессонова А.А.

Начальник лагеря

Княмова К.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник летнего
 оздоровительного лагеря на базе
 МАОУ-СОШ №1 г. Сыертъ
 Княмова К.Р. *[Подпись]* "15"
 мая 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 2 ДЕНЬ 28.05.2025г.

Приятного аппетита!



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)										Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А, мг	Р, мг	Т, мг	В1, мг	С, мг							
2.6	Омлет с маслом	180/5	20.98	26.52	0.00	3.14	324.90	14.24	19.63	261	2.95	197	110.5	1.07	0.07	0.49	0.11	64.37						
5.13	Сыр (норвичанд)	20	5.26	5.32	0.00	0.00	70.12	3.06	11	120	0.14	42	34	0.08	0.01	0.08	0.14	17.40						
-	Напиток из чая и сока	200	2.32	3.31	0.00	0.00	68.13	2.32	39.32	108.2	1.6	9.6	7.68	0.02	0.03	0.11	1.12	14.79						
-	Батон витаминизированный	19	0.00	0.90	0.90	15.03	80.86	0.15	9.9	25.5	0.6	0	0	0.51	0.05	0.02	0	2.93						
	Итого за прием		0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	28.64						
	Обед			36.72	2.73	29.37	583.97	19.97	81.66	525.1	5.74	250	152.4	2.52	0.22	0.73	14.37	99.49						
29/2	Пи из свежей капусты со сметаной ч.р.	250/10	1.20	5.36	0.30	18.39	142.93	3.57	22.65	70.97	0.67	22.3	15.40	0.3	0.06	0.09	9.31	17.81						
23/8	Тэфтель из свинины	100	17.71	15.82	0.22	12.18	268.39	8.55	27.71	200.7	2.62	10.9	9.88	0.67	0.08	0.15	8.62	58.15						
57/3	Пюре картофельное	180	0.05	4.53	0.80	38.89	229.45	2.95	8.75	48.67	0.89	14.4	14.4	0.98	0.08	0.03	0.13	33.30						
3/10	Напиток из шиповника	200	0.00	0.12	0.12	26.65	107.51	0.02	4.8	4.4	0.63	0	6	0.24	0.01	0.01	0	10.79						
-	Батон витаминизированный	14	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0.68	0.06	0.02	50	2.28						
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	30	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	3.18						
	Нектар фруктовый	200	2.32	3.31	0.00	0.00	68.13	2.32	39.32	108.2	1.6	9.6	7.68	0.02	0.03	0.11	1.12	25.00						
	Итого за прием		19.03	27.78	3.35	124.71	906.42	15.5	86.91	379.5	6.42	48.3	1890	3.98	0.38	0.35	0	150.51						
	Итого за день					34.00	48.00											250.00						
	Содержание, % от калорийности		18.00																					

Зав. производством: Бессонова А.А.
 Начальник лагеря: Княмова К.Р.
 Технолог: Николаева Т.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник лагеря

Оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей

МАОУ-СОШ №1 г.Сургут

Княмова К.Р.

"15" мая 2025г.

УТВЕРЖДЕНО: Управляющий
ООО "ОНЕС"
"15.05" Васильев Е.Д.
2025г.



Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 3 ДЕНЬ 30.05.2025г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход. л	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)										Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А.мг	Р.У.мг	Г.У.мг	В.мг	С.мг		
9.5	Пудинг творожный со сливочным маслом	150.25	25.93	19.08	0.19	33.58	419.56	11.75	41.11	327.7	1.08	119	65.39	0.68	0.08	0.42	0.46	85.43	
3.13	Бутерброд с маслом	25.10	0.06	10.65	0.34	17.61	179.71	6.7	0	2.38	0.03	73.8	47.5	0.13	0	0.01	0.26	15.92	
16.1	Чай с сахаром	200	1.45	1.49	0.10	15.83	80.91	1	6.09	39.15	0.08	6	4	0	0.01	0.06	0	4.20	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиро	14	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	1.56	
	Итого за прием		27.52	31.89	1.26	74.06	720.14	19.66	49	379.6	1.63	200	117.1	1.64	0.17	0.53	0.72	107.11	
	Обед																		
	Расходныйник "Ленинградский" со сметаной м.р.	250.10	0.26	7.08	5.97	22.60	175.24	2.05	31.62	92.92	1.11	9.36	1020	2.64	0.1	0.07	0.17	21.65	
30.8	Щипель из свиинны	100	16.91	16.31	0.07	5.89	237.17	9.07	22.32	180.8	2.18	26.3	18.3	0.51	0.06	0.17	37.94	70.24	
13.3	Капустя гущеная м.р.	180	0.00	5.76	6.55	16.31	140.69	0.79	33.04	66.13	1.29	0	420.1	3.07	0.05	0.07	3.75	19.98	
20.1	Чай с лимонном	200.5	0.00	0.10	0.00	26.00	101.48	0	4.5	0	0.57	0	0	0	0.01	0.01	0	5.94	
	Батон витаминизированный	14	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0	0.68	0.06	0.02	2.28	
	Фрукт свежий яблоко	150	0.00	0.10	0.10	25.78	103.98	0.03	7.75	8.25	0.4	0	25	0.18	0.01	0.01	0	21.24	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиро	14	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	1.56	
	Итого за прием		17.26	32.63	14.50	100.46	834.89	13.26	114.7	409.1	6.48	44.3	1582	7.83	0.4	0.41	56.07	142.89	
	Итого за день																		
	Содержание, % от калорийности		17.00	38.00	45.00														

Зав. лагерьем

Бессонова А.А.

Начальник лагеря

Княмова К.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 г. Сысерть Киямова
 К.Р. "15"
 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 4 ДЕНЬ 02.06.2025г.
 Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Цена			
			всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	P, мкг	Ca, мкг		В1, мкг	C, мкг	
	Завтрак																		
5.2	Помидоры свежие	60	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	20,25	
30.8	Финле пшны в соусе м.р.	115	22,59	7,51	0,30	5,77	179,38	3,28	7,22	49,16	0,48	33,8	20	0,3	0,03	0,08	0	81,00	
60.3	Макаронь овариные	180	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	3,57	30,21	89,84	0,63	37,2	21,55	0,32	0,04	0,03	0	18,80	
15.1	Чай с лимоню	200.5	0,00	0,08	0,11	13,75	56,43	3,02	0,72	1,33	0,07	0	0,55	0	0	0	3,13	5,94	
	Батон витаминизированный	13	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	2,06	
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	18	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,95	
	Итого за прием		22,72	16,74	2,48	74,91	585,27	8,62	62,8	194,2	2,51	78,9	420,9	2,2	0,2	0,18	3,13	121,75	
	Обед																		
	Борщ Стойрский с фасолью со																		
5.2	сметаной м.р.	250.10	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	20,25	
	Жаркое по-домашнему м.р.	225	7,97	22,29	0,66	26,63	360,75	10,72	56,31	182,6	2,49	26,6	2696	0,67	0,36	0,18	19,66	99,53	
20.1	Чай с сахаром	200	0,00	0,28	0,28	24,63	111,49	0,04	3,4	3,4	0,65	0	980	0,76	0,01	0,06	200	4,20	
	Батон витаминизированный	14	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,28	
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	18	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,99	
	Итого за прием		8,41	31,08	8,20	91,95	749,05	13,08	116,3	293,4	7,04	36,7	4730	5,51	0,56	0,36	249	128,25	
	Итого за день																		
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		52,00												250,00

Зав. производством

Бессонова А.А.

Начальник лагеря

Киямова К.Р.

Технолог

Николаева Е.В.



СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на базе
 МАОУ-СОШ №1 г. Сысерть
 Княмова К.Р. *Княмова К.Р.*
 "15" мая 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 5 ДЕНЬ 04.06.2025г.
 Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
 ООО "ОЛЕС" *Васильев*
 "15.05" Васильев Е.И.
 2025г.



№	Наименование блюда	Выход, л	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А, мг	Р, мг	Т, мг	В1, мг	С, мг				
34	Гуляш из свиных м.р.	110	24.59	8.26	5.80	1.73	169.95	2.01	1.4	3.95	0.07	5.11	28	2.62	0	0	0	65.92			
57.3	Каша гречневая рассыпчатая м.р.	180	0.05	4.53	0.80	38.89	229.45	2.95	8.75	48.67	0.89	14.4	14.4	0.98	0.08	0.03	1.12	12.28			
151	Чай с сахаром	200	0.00	0.08	0.11	13.41	55.05	0	0.71	1.29	0.07	0	0.54	0.01	0	0	0	4.20			
	Батон витаминизированный	25	0.00	0.90	0.90	15.03	80.86	0.15	9.9	25.5	0.6	0	0	0.51	0.05	0.02	0	3.88			
	Хлеб ржанко-пшеничный витаминизир.	22	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	1.67	2.34			
	Огурцы свежие	60	0.00	0.06	0.06	30.16	127.59	0.02	21	29.2	0.7	0	700	1.1	0.02	0.04	0.005	17.55			
	Итого за прием		24.72	14.48	8.27	77.10	581.65	5.32	28.15	106.6	2.33	20.3	67.12	4.99	0.21	0.1	8.52	106.17			
152	Суп-лапша	250	0.27	6.19	5.47	10.83	112.09	1.64	20.24	51.89	0.72	6.24	1032	2.47	0.07	0.05	12.89	22.38			
11.7	Котлета Пожарская	100	16.77	10.66	4.68	5.78	189.71	2.21	30.8	193.4	0.78	37.5	4.8	3.54	0.17	0.19	0.8	71.98			
3.3	Рис придушенный	180	0.83	5.13	0.62	24.05	163.50	3.52	34.31	101.2	1.27	17.6	41.18	0.21	0.14	0.12	0	15.01			
4.10	Напиток из сухофруктов	200	0.00	0.06	0.06	30.16	127.59	0.02	21	29.2	0.7	0	700	1.1	0.02	0.04	0.005	7.67			
	Хлеб ржанко-пшеничный витаминизир.	30	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	3.25			
	Фрукт свежий яблоко	160	0.00	0.06	0.06	30.16	127.59	0.02	21	29.2	0.7	0	700	1.1	0.02	0.04	0.005	23.54			
	Итого за прием		17.95	23.99	12.73	99.42	751.03	7.8	129.4	430.4	5.08	62.1	2098	9.11	0.56	0.48	23.32	143.83			
	Итого за день																				
	Содержание, % от калорийности		20.00		27.00		54.00												250.00		

Зав.проект.зданием Бессонова А.А.

Начальник лагеря Княмова К.Р.

Темнолов Николай Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 г. Сырты
 Киямова К.Р. *[Подпись]*
 "15" *май* 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 6 ДЕНЬ 05.06.2025г.
 Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО
 ООО "ОЛЕС" *[Подпись]*
 15.05 Васильков Е.А.
 2025г.

№	Наименование блюда	Выход, л	Белки, г		Жиры, г		Углево- вод. г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг							Витамины					Цена				
			всего	в 1 л, жир	всего	в 1 ч. раст			Са	Mg	P	Fe	Амг	Р.Амг	Г.Амг	В1, мкг	В12, мкг	С, мкг							
	Завтрак																								
ТТК	Каша рисовая на молоке с маслом	200	16,44	18,31	24,05	0,00	2,12	291,41	228,1	21,14	261,6	2,05	165	404,09	0,85	0,05	0,12								35,38
ТТК	Чай с сахаром	200	5,75	6,12	5,94	0,00	9,02	111,41	222,8	25,7	165,2	0,18	25,32	46,42	0	0,06	1,1								4,20
ТТК	Батон витаминизированный	22	2,64	0,00	0,26	0,26	18,68	89,76	5,98	8,84	23,32	0,62	0	0	0,52	0,05	0								3,42
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	22	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,71	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0								2,34
	Йогурт	125	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,71	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0								33,96
	Итого за прием		27,48	24,43	30,74	0,74	43,19	563,29	470,9	74,48	513,3	4,41	190,3	450,91	1,93	0,23	1,22								79,30
	Обед																								
ТТК	Суп картофельный вегетарианский	250	2,35	0,26	5,95	5,27	12,75	115,09	35,11	18,2	64,85	0,69	6	212,35	2,46	0,05	8,02								23,82
ТТК	Каша "Царская"	225	15,98	14,46	16,65	6,31	15,08	275,58	37,58	26,34	164,3	2,36	2,88	5,28	3,36	0,08	0,12								93,27
ТТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04								4,20
ТТК	Батон витаминизированный	20	2,64	0,00	0,26	0,26	18,68	89,76	5,98	8,84	23,32	0,62	0	0	0,52	0,05	0								3,10
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,71	14	18,8	63,2	1,56	0	0,4	0,56	0,07	0								2,31
ТТК	Апельсин свежий	300	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04								44,00
	Итого за прием		33,06	14,75	30,07	15,08	106,64	838,58	209,8	206,3	512,6	9,57	31,23	262,83	7,64	0,57	15,18								170,70
	Итого за день																								250,00
	Содержание, % от калорийности		17,00		39,00		43,00																		

Зав. производством **Бессонова А.А.**
 Начальник лагеря **Киямова К.Р.**
 Технолог **Николаева Е.В.**

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагерного
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 Г. Сысерть
 Княмова К.Р. *Княмова*
 "15" мая 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 7 ДЕНЬ 10.06.2025г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
 ООО "ОЛЕСТ" *Васильков*
 15.05 Васильков Е.Д.
 2025г.

№	Наименование блюда	Выход г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	P, мкг	T, мкг	B1, мкг	C, мг				
2,6	Омлет с маслом	180,5	20,98	26,52	0,00	3,14	324,90	14,24	19,63	261	2,95	197	110,5	1,07	0,07	0,49	0,11	64,37			
5,13	Сыр (норшман)	20	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	19,02			
	Напиток из чая и сока	200	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	14,79			
	Батон витаминизированный	22	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,42			
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз.	14	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,56			
	Итого за прием		28,64	36,72	2,73	29,37	583,97	19,97	81,66	525,1	5,74	250	152,4	2,52	0,22	0,73	14,37	103,16			
	Обед																				
	Шри из свежей капусты со сметаной м.р.	250/10	1,20	5,36	0,30	18,39	142,93	3,57	22,65	70,97	0,67	22,3	1540	0,3	0,06	0,09	9,31	17,81			
23,8	Горелки из мяса говядины в соусе	120	17,71	15,82	0,22	12,18	268,39	8,55	27,71	200,7	2,62	10,9	9,88	0,67	0,08	0,15	8,62	72,24			
57,3	Булгур припущенный	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	0,13	18,80			
3,10	Напиток из яблок 50	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	12,66			
	Батон витаминизированный	17	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	50	2,74			
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз.	22	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34			
	Яблоко свежее	100	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	20,25			
	Итого за прием		19,03	27,78	3,35	124,71	906,42	15,5	86,91	379,5	6,42	48,3	1890	3,98	0,38	0,35	0	146,84			
	Итого за день																				
	Содержание, % от калорийности	18,00			34,00		48,00												250,00		

Зав.проект з/отством Бессонова А.А.

Начальник лагеря Княмова К.Р.

Гендиректор Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 г.Сысерть Княмова
 К.Р. "15"
 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 8 ДЕНЬ 11.06.2025г.
 Приятного аппетита!



000
 Васьков Е.Д.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Цена										
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А.мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг		В1,мг	С,мг								
Завтрак																										
5.2	Огурцы свежие	60	0,35		6,60		5,40		12,94		123,32		1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042		2,52	0,04	0,05	10,81		21,21	
30.8	Кнедли куриные	100	22,59		7,51		0,30		5,77		179,38		3,28	7,22	49,16	0,48	33,8	20		0,3	0,03	0,08			74,57	
60.3	Макароны отварные м.р.	180	0,03		5,72		0,62		44,53		255,09		3,57	30,21	89,84	0,63	37,2	21,55		0,32	0,04	0,03			13,49	
15.1	Чай с лимоном	200.5	0,00		0,08		0,11		13,75		56,43		3,02	0,72	1,33	0,07	0	0,55		0	0	0			3,13	5,93
-	Батон витаминизированный	20	0,00		0,90		0,90		15,03		80,86		0,15	9,9	25,5	0,6	0	0		0,51	0,05	0,02			0	3,04
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	22	0,08		0,67		0,63		7,04		39,97		0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32		0,84	0,11	0,07			0	2,34
	Итого за прием		22,72		16,74		2,48		74,91		585,27		8,62	62,8	194,2	2,51	78,9	420,9		2,2	0,2	0,18			3,13	116,92
	Обед																									
	Борщ с морской капустой со сметаной м.р.	250.10	0,35		6,60		5,40		12,94		123,32		1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042		2,52	0,04	0,05	10,81		21,21	
	Жаркое с индейкой	205	7,97		22,29		0,66		26,63		360,75		10,72	56,31	182,6	2,49	26,6	2696		0,67	0,36	0,18	19,66		101,95	
20.1	Чай с сахаром	200	0,00		0,28		0,28		24,63		111,49		0,04	3,4	3,4	0,65	0	980		0,76	0,01	0,06	200		4,20	
-	Батон витаминизированный	22	0,00		1,20		1,20		20,04		107,81		0,2	13,2	3,4	0,8	0	0		0,68	0,06	0,02			0	3,38
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	22	0,08		0,67		0,63		7,04		39,97		0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32		0,84	0,11	0,07			0	2,34
	Итого за прием		8,41		31,08		8,20		91,95		749,05		13,08	116,3	293,4	7,04	36,7	4730		5,51	0,56	0,36			249	133,08
	Итого за день																									
	Содержание, % от калорийности		15,00				33,00				52,00															

Зав. лагерем: Бессонова А.А.

Начальник лагеря: Княмова К.Р.

Технолог: Николаева Е.В.

СОГ. ЛАСОВАНУ:

Начальник лагеря

Оздоровительного лагеря на базе

МАОУ-СОШ №1 г. Сысерть

Киямова К.Р. "15"

2025г.

УТВЕРЖДЕНО
ООО "ОЛЕС" Управляющий
15.05 Васильков Е.А.
2025г.



Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 9 ДЕНЬ 17.06.2025г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)										Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А.мг	Р-Э, мкг	Г-Э, мкг	В. мкг	С, мкг			
14.4	Каша пшеничная молочная с маслом сливко	200, 10	2,86	10,54	1,65	40,48	293,40	6,78	47,99	179,8	1,32	35,5	39,68	0,25	0,18	0,14	0,3	30,84		
14.3	Бул. геррод с маслом и сыром	30 10 20	3,75	16,53	1,26	21,15	266,94	9,86	21,56	122,4	0,97	112	77	0,91	0,07	0,09	0,51	37,38		
17.1	Кофейный напиток с молоком	200	1,45	1,66	0,29	20,30	102,21	1	6,09	39,15	0,1	6	4	0	0,01	0,06	0,1	13,41		
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	19	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0,52	2,10		
	Фрукт свежий яблоко	170	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	33,52		
	Итого за прием		8,15	30,00	4,43	109,57	803,89	17,84	101,4	383,7	7,43	154	140,9	2,8	0,37	0,39	10,13	117,25		
	Обед																			
	Помидоры свежие	60	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	12,00		
19	Суп картофельный с горохом с гречками м.р.	250 10	0,00	4,95	5,63	17,80	143,67	0,72	33,39	93,21	1,74	0	969,6	2,45	0,17	0,06	0,6	15,75		
11.8	Бигус с филе куриным	215	12,60	34,26	0,10	7,88	398,51	14,28	31,47	169,4	2,03	31,3	249,7	0,7	0,36	0,13	5,04	88,80		
20.1	Напиток ягодный	200	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	13,86		
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизиров.	22	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	13,86		
	Итого за прием		0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,34		
	Итого за прием		12,72	48,40	8,35	125,64	1081,55	19,93	126,1	429,9	6,33	77,1	1389	5,25	0,76	0,31	10,43	132,75		
	Содержание, % от калорийности																			
																				250,00

Зав. производством

Бессонова А.А.

Начальник лагеря

Киямова К.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник лагеря

Оздоровительного лагеря на базе МАДУ-СОШ №1

г. Сысерт

Кримова

К.Р. "15"

2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 10 ДЕНЬ 18.06.2025г.

Приятного аппетита!



№	Наименование блюда	Выход, шт	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Цена				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А.мг	Р.А.мг		Т.А.мг	В.мг	С.мг	
	Завтрак																		
9.5	Пудинг творожный со сушеными ягодами	150.25	25.93	19.08	0.19	33.58	419.56	11.75	41.11	327.7	1.08	119	65.39	0.68	0.08	0.42	0.46	85.43	
3.13	Бутерброд с маслом	25.10	0.06	10.65	0.34	17.61	179.71	6.7	0	2.38	0.03	73.8	47.5	0.13	0	0.01	0.26	15.92	
16.10	Чай с сахаром	200	1.45	1.49	0.10	15.83	80.91	1	6.09	39.15	0.08	6	4	0	0.01	0.06	0	4.20	
	Хлеб ржанно-пшеничный витаминиз.	14	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	1.56	
	Итого за прием		27.52	31.89	1.26	74.06	720.14	19.66	49	379.6	1.63	200	117.1	1.64	0.17	0.53	0.72	107.11	
	Обед																		
	Расходник "Ленинградский" со сметаной м.р.	250.10	0.26	7.08	5.97	22.60	175.24	2.05	31.62	92.92	1.11	9.36	1020	2.64	0.1	0.07	0.17	21.65	
30.8	Котлета куриная	100	16.91	16.31	0.07	5.89	237.17	9.07	22.32	180.8	2.18	26.3	18.3	0.51	0.06	0.17	37.94	70.24	
13.3	Капуста тушеная м.р.	180	0.00	5.76	6.55	16.31	140.69	0.79	33.04	66.13	1.29	0	420.1	3.07	0.05	0.07	3.75	19.98	
20.10	Чай с лимоном	200.5	0.00	0.10	0.00	26.00	101.48	0	4.5	0	0.37	0	0	0	0.01	0.01	0	5.94	
	Батон витаминизированный	14	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0.68	0.06	0.02	0	2.28	
	Фрукт свежий яблоко	150	0.00	0.10	0.10	25.78	103.98	0.03	7.75	8.25	0.4	0	25	0.18	0.01	0.01	0	21.24	
	Хлеб ржанно-пшеничный витаминиз.	14	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	1.56	
	Итого за прием		17.26	32.63	14.50	100.46	834.89	13.26	114.7	409.1	6.48	44.3	1582	7.83	0.4	0.41	56.07	142.89	
	Итого за день																		
	Содержание, % от калорийности	17.00			38.00		45.00												250.00

Зав. производством

Бессонова А.А.

Начальник лагеря

Кримова К.Р.

Гемолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на базе
 МАОУ-СОШ №1 г. Сысерть
 Княмова К.Р. *[Подпись]*
 " 15 " мая 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 11 ДЕНЬ 19.06.2025г.
 Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
 ООО "ОЛЕС" *[Подпись]*
 15.05 Васильков Е.И.
 2025г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные вещества (мг)							Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А, мг	Р, мг	Т, мг	В1, мг	С, мг				
Завтрак																					
2.6	Картофель запеченный с сыром со сметаной	180.5	20.98	26.52	0.00	3.14	324.90	14.24	19.63	261	2.95	197	110.5	1.07	0.07	0.49	0.11	48.17			
5.13	Плов	125	5.26	5.32	0.00	0.00	70.12	3.06	11	120	0.14	42	34	0.08	0.01	0.08	0.14	33.60			
	Напиток из чая и сока	200	2.32	3.31	0.00	0.00	68.13	2.32	39.32	108.2	1.6	9.6	7.68	0.02	0.03	0.11	1.12	14.79			
	Батон витаминизированный	19	0.00	0.90	0.90	15.03	80.86	0.15	9.9	25.5	0.6	0	0	0.51	0.05	0.02	0	2.93			
	Итого за прием		0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0				
	Обед		28.64	36.72	2.73	29.37	583.97	19.97	81.66	525.1	5.74	250	152.4	2.52	0.22	0.73	14.37	99.49			
29.2	Суп-пюре из разных овощей с грибами	250.10	1.20	5.36	0.30	18.39	142.93	3.57	22.65	70.97	0.67	22.3	1540	0.3	0.06	0.09	9.31	27.23			
23.8	Тефтели из мяса говядины в соусе	120	17.71	15.82	0.22	12.18	268.39	8.55	27.71	200.7	2.62	10.9	9.88	0.67	0.08	0.15	8.62	75.36			
57.3	Макaronи отварные М.Р.	180	0.05	4.53	0.80	38.89	229.45	2.95	8.75	48.67	0.89	14.4	14.4	0.98	0.08	0.03	0.13	13.76			
3.10	Напиток из лимона	200	0.00	0.12	0.12	26.65	107.51	0.02	4.8	4.4	0.63	0	6	0.24	0.01	0.01	0	12.28			
	Батон витаминизированный	13	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0.68	0.06	0.02	50	1.99			
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	22	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	2.34			
	Огурец свежий	60	2.32	3.31	0.00	0.00	68.13	2.32	39.32	108.2	1.6	9.6	7.68	0.02	0.03	0.11	1.12	17.55			
	Итого за прием		19.03	27.78	3.35	124.71	906.42	15.5	86.91	379.5	6.42	48.3	1890	3.98	0.38	0.35	0	150.51			
	Итого за день		18.00	34.00	48.00													250.00			

Зав. производством: Бессонова А.А.
 Начальник лагеря: Княмова К.Р.
 Технолог: Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 Оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 г. Сысерть Княмова
 К.Р. "15"
 мая 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 12 ДЕНЬ 20.06.2025г.
 Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход. л	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные вещества (мг)							Витамины					Цена							
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А.мг	Р.А.мг	Т.Э.мг	В1.мг	С.мг											
	Завтрак	1																										
5.2	Огурцы свежие	60	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	17,55										
30.8	Кнедли куриные	100	22,59	7,51	0,30	5,77	179,38	3,28	7,22	49,16	0,48	33,8	20	0,3	0,03	0,08	0	74,93										
60.3	Булгур припущенный	180	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	3,57	30,21	89,84	0,63	37,2	21,55	0,32	0,04	0,03	0	13,49										
15.1	Чай с лимоном	200.5	0,00	0,08	0,11	13,75	56,43	3,02	0,72	1,33	0,07	0	0,55	0	0	0	3,13	5,93										
-	Батон витаминизированный	14	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	2,28										
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	22	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34										
	Итого за прием		22,72	16,74	2,48	74,91	585,27	8,62	62,8	194,2	2,51	78,9	420,9	2,2	0,2	0,18	3,13	116,52										
	Обед																											
	Борщ с морской капустой со сметаной м.р.	5.2	250.10	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	21,50									
	Ах из говядины	2.10	7,97	22,29	0,66	26,63	360,75	10,72	56,31	182,6	2,49	26,6	2696	0,67	0,36	0,18	19,66	103,16										
20.1	Чай с сахаром	200	0,00	0,28	0,28	24,63	111,49	0,04	3,4	3,4	0,65	0	980	0,76	0,01	0,06	200	4,20										
-	Батон витаминизированный	14	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,28										
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	22	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34										
	Итого за прием		8,41	31,08	8,20	91,95	749,05	13,08	116,3	293,4	7,04	36,7	4730	5,51	0,56	0,36	249	133,48										
	Итого за день																											
	Солержание, % от калорийности		15,00		33,00		52,00																					

Зав. производством

Бессонова А.А.

Начальник лагеря

Княмова К.Р.

Технолог

Николаева Л.В.



СОГЛАСОВАНО:
 Начальник лагеря
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 Г. Сысерть
 К.Р. *[подпись]* "15"
 Киямова
 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 13 ДЕНЬ 23.06.2025г.
 Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
 ООО "ОЛЕС" *[подпись]*
 15.06 Васьков Е.А.
 2025г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные вещества (мг)							Витамины					Цена						
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	P, мкг	T, мкг	B1, мкг	C, мкг										
	Завтрак																										
17.4	Каша Дружба молочная с маслом с	200	2.92	9.65	0.58	36.62	268.23	6.85	31.44	212.5	0.84	35.8	31.84	0.77	0.12	0.16	0.51									31.69	
17.13	Бутеррод с маслом и сыром	30	3.75	16.53	1.26	21.15	266.94	9.86	21.56	122.4	0.97	112	77	0.91	0.07	0.09	0.1										36.93
17.1	Чай с сахаром	200	1.45	1.66	0.29	20.30	102.21	1	6.09	39.15	0.1	6	4	0	0.01	0.06	1.12									4.20	
	Фрукт свежий	150	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0										
	Итого за прием		8.20	28.96	3.20	102.93	775.20	17.91	89.49	435	3.01	155	223	2.95	0.36	0.41	133.7									98.59	
	Одурпы свежие	60	0.00	0.06	0.06	30.16	127.59	0.02	21	29.2	0.7	0	700	1.1	0.02	0.04	0.005										17.55
19.2	Суп картофельный с горохом с трениками м.р.	250	10	0.00	4.95	5.63	17.80	143.67	0.72	33.39	93.21	1.74	0	969.6	2.45	0.17	0.06	4.78									15.75
4.8	Плов с говядиной	210	16.90	20.92	9.23	40.74	439.20	7.7	48.67	237.3	2.84	0	1242	4.46	0.08	0.14	0.6										105.00
	Напиток из яблок и ягод	200	0.00	0.18	0.20	30.57	127.44	0.05	13.49	14.36	0.64	0	40	0.35	0.01	0.02	50										11.12
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	18	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0.68	0.06	0.02	0										
	Итого за прием		0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0										1.99
	Итого за день		16.99	29.42	16.97	118.75	890.61	9.82	118.8	414.2	6.75	8.58	2375	8.88	0.44	0.29	62.84										151.41
	Содержание, % от калорийности		15.00		33.00																						250.00

Зав. производством: Бессонова А.А.

Начальник лагеря: Киямова К.Р.

Технолог: Николаева Л.В.

СОГЛАСОВАНО:
Начальник лагеря
Оздоровительного лагеря на
базе МАОУ-СОШ №1
г. Сысерть
Княмова К.Р. *[подпись]*
"15" *Мая* 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей
МЕНЮ 14 ДЕНЬ 24.06.2025г.
Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС" *[подпись]*
Васьяков Е.Д. *[подпись]*
2025г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)										Цена
			всего	в 1 ч. дня	всего	в 1 ч. дня			Ca	Mg	P	Fe	А.мг	Р.А.мг	Г.А.мг	В.А.мг	С.мг		
9.5	Пудинг творожный со фруктами	150.25	25.93	19.08	0.19	33.58	419.56	11.75	41.11	327.7	1.08	119	65.39	0.68	0.08	0.42	0.46	89.43	
3.13	Бутерброд с маслом	25.10	0.06	10.65	0.34	17.61	179.71	6.7	0	2.38	0.03	73.8	47.5	0.13	0	0.01	0.26	15.92	
16.1	Чай с сахаром	200	1.45	1.49	0.10	15.83	80.91	1	6.09	39.15	0.08	6	4	0	0.01	0.06	0	4.20	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	33	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	3.56	
	Итого за прием		27.52	31.89	1.26	74.06	720.14	19.66	49	379.6	1.63	200	117.1	1.64	0.17	0.53	0.72	113.11	
	Обед																		
	Рассольник "Тенинградский" со сметаной м.р.	250.10	0.26	7.08	5.97	22.60	175.24	2.05	31.62	92.92	1.11	9.36	1020	2.64	0.1	0.07	0.17	21.65	
30.8	Голень отварная	100	16.91	16.31	0.07	5.89	237.17	9.07	22.32	180.8	2.18	26.3	18.3	0.51	0.06	0.17	37.94	66.82	
13.3	Пюре картофельное	180	0.00	5.76	6.55	16.31	140.69	0.79	33.04	66.13	1.29	0	420.1	3.07	0.05	0.07	3.75	36.15	
20.1	Чай с лимоном	200.5	0.00	0.10	0.00	26.00	101.48	0	4.5	0	0.37	0	0	0	0.01	0.01	0	5.93	
	Батон витаминизированный	26	0.00	1.20	1.20	20.04	107.81	0.2	13.2	34	0.8	0	0	0.68	0.06	0.02	0	4.00	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	22	0.08	0.67	0.63	7.04	39.97	0.21	3.52	20.3	0.88	1	0.32	0.84	0.11	0.07	0	2.34	
	Итого за прием		17.26	32.63	14.50	109.46	834.89	13.26	114.7	409.1	6.48	44.3	1582	7.83	0.4	0.41	56.07	136.89	
	Итого за день																		
	Содержание, % от калорийности		17.00		38.00		45.00												

Зав. производством
Бессонова А.А.

Начальник лагеря
Княмова К.Р.

Технолог
Николаева Е.В.

СОГ ЛАСОВАНО:
 Начальник летнего
 оздоровительного лагеря на
 базе МАОУ-СОШ №1
 г. Сысерть Княмова
 К.Р. "15"
 2025г.

Оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 15 ДЕНЬ 25.06.2025г.
 Приятного аппетита!

УТВЕРЖДЕНО
 Управляющий
 "ОДС" "ОТЕС"
 15.06. Васьков Е.А.
 2025г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)										Цена								
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А. мг	Р.А. мг	Т.А. мг	В.А. мг	С. мг										
Завтрак																											
34	Каши Царская м.р.	210	24,59	8,26	5,80	1,73	169,95	2,01	1,4	3,95	0,07	5,11	28	2,62	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	68,02	
15 10	Чай с лимоном	200	5	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5,93	
	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0,51	0,05	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,04	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз.	22	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	1,67	0	0	0	0	0	0	0	0	2,34	
	Нектар фруктовый	200	0,00	0,06	0,06	30,16	127,59	0,02	21	29,2	0,7	0	700	1,1	0,02	0,04	0,005	0	0	0	0	0	0	0	0	25,00	
	Итого за прием		24,72	14,48	8,27	77,10	581,65	5,32	28,15	106,6	2,33	20,3	67,12	4,99	0,21	0,1	8,52	104,33									
15 2	Суп-лапша	250	0,27	6,19	5,47	10,83	112,09	1,64	20,24	51,89	0,72	6,24	103,2	2,47	0,07	0,05	12,89	0	0	0	0	0	0	0	0	22,38	
11 7	Пюре из свиной помидор свежий	100	60	16,77	10,66	4,68	5,78	189,71	2,21	30,8	193,4	0,78	37,5	4,8	3,54	0,17	0,19	0,8	0	0	0	0	0	0	0	90,47	
3 3	Рис придушенный м.р.	180	0,83	5,13	0,62	24,05	163,50	3,52	34,31	101,2	1,27	17,6	41,18	0,21	0,14	0,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15,01	
4 10	Напиток ягодный	200	0,00	0,06	0,06	30,16	127,59	0,02	21	29,2	0,7	0	700	1,1	0,02	0,04	0,005	0	0	0	0	0	0	0	0	13,86	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	37	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,95	
	Итого за прием		0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	3,95									
	Итого за день		17,95	23,99	12,73	99,42	751,03	7,8	129,4	430,4	5,08	62,1	2098	9,11	0,56	0,48	23,32	145,67									
	Содержание, % от калорийности		20,00		27,00		54,00																				250,00

Зав. производством Бессонова А.А.

Начальник лагеря Княмова К.Р.

Технолог Николаева Е.В.