

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17

И.Ю.Филиппова

СОГЛАСОВАНО:

ЗГ ДОПИСУ

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

30 июня 2025г

Меню лагерь

день 1

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с сахаром и маслом (<i>крупя греча</i> , <i>молоко</i> , <i>сахарный песок</i> , <i>масло сливочное</i> , соль.)	220	9,09	12,99	45,16	335	183
Какао с молоком (<i>какао порошок</i> , <i>молоко</i> , <i>сахарный песок</i>)	200	3,78	0,67	26	125,11	382
Хлеб пшеничный (<i>мука в/с</i> , <i>сахарный песок</i> , масло подсолнечное, соль, <i>дрожжи</i> , <i>яйцо</i> .)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Фрукт свежий (<i>яблоко</i>)	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Итого за завтрак:		15,5	16,93	98,29	614,04	
Обед						
Салат из свеклы отварной (<i>свекла</i> , масло подсолнечное)	100	1,41	4,61	8,26	92,8	52
Щи из капусты (<i>капуста</i> , <i>морковь</i> , <i>лук репчатый</i> , <i>томатная паста</i> , <i>мука в/с</i> , масло подсолнечное, соль)	250	1,76	4,89	5,9	80	87
Плов (<i>мясо</i> , <i>крупя рис</i> , масло подсолнечное, <i>лук репчатый</i> , <i>морковь</i> , <i>томатная паста</i> , соль, <i>лавровый лист</i>)	300	35,24	56,35	51,79	816	291
Кисель из сока (<i>сок фруктовый</i> , <i>сахарный песок</i> , <i>крахмал</i>)	200	0,16	0,08	27,5	111,36	350
Хлеб "Аромат" (<i>мука в/с</i> , <i>солодовой экстракт</i> , <i>дрожжи</i> , <i>сахарный песок</i> , соль, масло подсолнечное)	60	4,8	0,66	33,12	162	ПР
Итого за обед:		43,37	22,78	126,57	1262,16	
Итого за день: 172=00		58,87	39,71	224,86	1876,2	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор

И.Н.Родионова

Зав. производством

Л.В.Плахотник

Начальник лагеря

А.А.Гангурия

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю.Филиппова



СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПИСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

01 июля 2025г
Меню лагерь
день 2

Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества,г.			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная пшенная с сахаром и маслом (<i>молоко, крупа пшено, сахарный песок, масло сливочное, соль</i>)	220	9,51	11,72	47,03	325	182
Чай с сахаром (чай заварной, <i>сахарный песок</i>)	200\15	0,07	0,02	15	60	376
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .</i>)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Фрукт свежий (<i>яблоко</i>)	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Итого за завтрак		12,21	15,01	89,16	538,93	
Обед						
Салат из белокочанной капусты (<i>капуста белокочанная, морковь, соль, сахар, масло подсолнечное</i>)	100	1,7	5	8,47	85,7	45
Суп картофельный с крупой (рис) (<i>картофель, крупа рис, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль, лавровый лист</i>)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	101
Фрикадельки в соусе (<i>свинина, молоко, хлеб белый, лук репчатый, масло подсолнечное, яйцо, зелень, соль, сметана, томатная паста, мука в\с, лавровый лист</i>)	105(55/50)	16,98	16,77	10,61	224	280,331
Макаронные изделия отварные (<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>)	180	6,12	9	34,2	242,28	309
Компот из яблок (<i>яблоки, сахарный песок</i>)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .</i>)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи, сахарный песок, соль, масло подсолнечное</i>)	60	4,8	0,66	33,12	162	ПР
Итого за обед		33,96	37,17	143,72	1021,26	
Итого за день 172=00		46,17	52,18	232,88	1560,19	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурян

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю. Филиппова

СОГЛАСОВАНО
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

02 июля 2025г

Меню лагерь день 3

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая с сахаром и маслом(<i>молоко, крупа рис , сахарный песок , масло сливочное , соль</i>)	220	8,11	10,72	42,36	365	182
<i>Яйцо отварное</i>	1шт	5,08	4,6	0,28	63	209
Чай с повидлом (<i>чай заварной , повидло</i>)	200\30	0,13	0,02	14,64	59	376
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо</i>)	60	4,46	6,38	34,65	213,86	ПР
Итого за завтрак:		17,78	21,72	91,93	700,86	
Обед						
Салат из соленых огурцов с луком (<i>огурцы соленые, лук репчатый , масло растительное</i>)	100	0,85	5,05	2,58	59,1	21
Борщ со сметаной(<i>свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста , масло подсолнечное, сахарный песок , соль, сметана</i>)	250\10	1,86	6,36	8,92	107,45	81
Мясо тушеное (<i>мясо, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука в\с , соль</i>)	100	15,8	28,17	2,56	305	256
Каша рассыпчатая перловая (<i>крупа перловая, масло сливочное , соль</i>)	180	5,35	10,21	38,03	220,32	302
Компот из смеси сухофруктов (<i>сухофрукты , сахарный песок</i>)	200	1,16	0,3	47,26	196,38	349
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок , соль, масло подсолнечное</i>)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		28,22	50,53	121,43	996,25	
Итого за день: 172=00		46	72,25	213,36	1697,11	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурия



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

03 июля 2025г

Меню лагерь день 4

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром и маслом (<i>крупа манная , молоко , сахарный песок, масло сливочное, соль.</i>)	220	8,11	10,72	53,1	291	181
Чай с сахаром и лимоном (чай заварной, сахарный песок, <i>лимон</i>)	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с , сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо</i>)	50	3,71	4,79	28,88	178,21	ПР
Фрукт свежий (<i>яблоко</i>)	100	0,4	0,4	9,8	47	341
Итого за завтрак:		12,35	15,93	106,98	578,21	
Обед						
Салат картофельный с огурцами (<i>картофель, лук репчатый, огурцы соленые, морковь , масло подсолнечное</i>)	100	1,22	7,84	8,96	110,9	37
Суп гороховый с гренками, зелень (<i>крупа горох, морковь, лук репчатый, масло, подсолнечное, гренки из пшеничного хлеба, , зелень , соль</i>)	250/15/1,5	9,17	3,43	38,41	181,18	119
Котлеты рубленые в соусе (<i>мясо, хлеб белый, молоко , масло подсолнечное, сметана, томатная паста, мука в\с , соль</i>)	105	16,17	18,79	14,17	187,75	268,332
Каша гречневая рассыпчатая (<i>крупа гречневая, масло сливочное , соль</i>)	180	10,68	4,92	47,81	258,23	302
Напиток из варенья (<i>повидло , сахарный песок</i>)	200	0,08	0	26,26	105,4	387
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок, соль, масло подсолнечное</i>)	60	3,36	0,66	29,64	137,94	ПР
Итого за обед:		40,68	35,64	165,25	981,4	
Итого за день: 172=00		53,03	51,57	272,23	1559,61	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурян



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

04 июля 2025г
Меню лагерь
день 5

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями (молоко, вермишель, масло сливочное, сахарный песок)	250	5,47	4,75	17,96	250	120
Какао с молоком (какао порошок, молоко , сахарный песок)	200	3,78	0,67	26	125,11	382
Хлеб пшеничный (мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,3	0,3	7,35	35,25	338
Итого за завтрак:		11,78	8,59	68,64	517,29	
Обед						
Икра морковная (морковь, лук репчатый, томатная паста , масло подсолнечное, сахарный песок , соль)	100	20,3	13,5	38,51	181,9	75
Суп из овощей со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный , масло подсолнечное, сахарный песок , сметана , соль)	250\10	2,6	6,4	12,66	184,7	99
Печень тушеная в соусе (печень, сметана, мука в\с , соль)	100	23,08	9,18	2,85	152	261
Рис припущенный (крупа рис, масло сливочное , соль)	180	4,37	5,15	20	239,94	305
Кисель из сока фруктового (сок фруктовый , сахарный песок , крахмал)	200	0,16	0,08	27,5	111,36	359
Хлеб пшеничный (мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .)	40	2,97	3,83	23,1	142,57	ПР
Хлеб "Аромат" (мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок , соль, масло подсолнечное)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		56,68	38,58	146,7	1120,47	
Итого за день: 172=00		68,46	47,17	215,34	1637,76	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор	И.Н.Родионова
Зав. производством	Л.В.Плахотник
Начальник лагеря	А.А.Гангурия



СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

07 июля 2025г

Меню лагерь день 6

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с сахаром и маслом (молоко, крупа пшеничная, сахарный песок, соль, масло сливочное)	220	8,64	11,06	63,4	352	173
Чай с сахаром (чай заварной, сахарный песок)	200\15	0,07	0,02	15	60	376
Яйцо отварное	1шт	5,08	4,6	0,28	63	209
Фрукт свежий	100	0,3	0,3	7,35	35,25	338
Хлеб пшеничный (мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Итого за завтрак:		16,32	18,85	103,36	617,18	
Обед						
Салат из свеклы с огурцами солеными (свекла, огурцы соленые, лук репчатый, зеленый горошек, масло подсолнечное, соль)	100	2,47	6,35	8,53	133,72	55
Суп с макаронными изделиями (макаронные изделия, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, соль, лавровый лист)	250	2,98	2,83	2,4	100,13	111
Тефтели в соусе (мясо, хлеб белый, лук репчатый, масло подсолнечное, сметана, томатная паста мука в\с, соль)	110 (60\50)	8,13	9,01	5,42	157	278,331
Каша рассыпчатая перловая (крупа перловая, масло сливочное, соль)	180	5,35	5,21	38,03	220,32	302
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	389
Хлеб пшеничный (мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо)	40	2,97	3,83	23,1	142,57	ПР
Хлеб "Аромат" (мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи, сахарный песок, соль, масло подсолнечное)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		26,1	27,87	119,76	948,34	
Итого за день: 172=00		42,42	46,72	223,12	1565,52	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурия

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю. Филиппова

СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

08 июля 2025г

Меню лагерь день 7

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная пшенная с сахаром и маслом (молоко, крупа пшенная, сахарный песок , масло сливочное , соль,)	220	9,51	11,72	47,03	325	182
Чай с сахаром и лимоном (чай заварной, сахарный песок, лимон)	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный (мука в/с, сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .)	40	2,97	3,83	23,1	142,57	ПР
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	14
Булочка школьная (мука в/с, сахарный песок, масло сливочное , масло подсолнечное, дрожжи , соль)	60	5,01	1,92	26,91	105	428
Итого за завтрак:		17,7	24,74	112,37	700,57	
Обед						
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком (картофель, морковь, яйцо, зеленый горошек , масло подсолнечное, соль)	100	19,33	7,07	9,55	112,7	40
Рассольник ленинградский (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые , масло подсолнечное, соль, лавровый лист)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	96
Биточки рыбные с маслом (рыба минтай, хлеб белый , масло подсолнечное, соль, масло сливочное)	110	13	10,43	15,98	256	234
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное , соль)	200	4,1	3,1	25,5	146,3	312
Компот из яблок (яблоки, сахарный песок)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342
Хлеб "Аромат" (мука в/с, солодовой экстракт, дрожжи, сахарный песок , соль, масло подсолнечное)	50	4	0,55	27,6	135	ПР
Итого за обед:		42,61	26,4	118,49	871,85	
Итого за день: 172=00		60,31	51,14	230,86	1572,42	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурия

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ-ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю.Филиппова



СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

09 июля 2025г

Меню лагерь день 8

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с сахаром и маслом (<i>молоко, крупа овсяная, сахарный песок, соль, масло сливочное</i>)	220	10,31	13,12	47,61	342	173
Чай с молоком (<i>чай заварной, сахарный песок, молоко</i>)	150\50\15	1,52	1,35	15,9	81	378
<i>Фрукт свежий (яблоко)</i>	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Хлеб пшеничный (<i>мука в/с, сахарный песок, </i> масло подсолнечное, соль, <i>дрожжи, яйцо .</i>)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Итого за завтрак:		14,46	17,74	90,64	576,93	
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью (<i>капуста свежая, морковь, сахарный песок, </i> соль,масло подсолнечное)	100	1,7	5	8,47	85,7	45
Суп картофельный с крупой (рис) (<i>картофель, крупа рис, морковь, лук репчатый, </i> масло подсолнечное, соль, <i>лавровый лист</i>)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	101
Биточки рубленые в соусе (<i>мясо, хлеб белый, молоко, </i> масло подсолнечное, <i>сметана, томатная паста, мука в/с, </i> соль)	105	16,17	18,79	14,17	187,75	268,331
Макаронные изделия отварные (<i>макаронные изделия, </i> масло сливочное <i>, </i> соль)	180	6,12	9	34,2	242,28	309
Компот из смеси сухофруктов (<i>сухофрукты, сахарный песок</i>)	200	1,16	0,3	47,26	196,38	349
Хлеб "Аромат" (<i>мука в/с, солодовой экстракт, </i> дрожжи <i>, сахарный песок, </i> соль, масло подсолнечное)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		30,32	36,24	138,29	905,86	
Итого за день: 172=00		44,78	53,98	228,93	1482,79	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор  И.Н.Родионова

Зав. производством  Л.В.Плахотник

Начальник лагеря  А.А.Гангурян

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю. Филиппова



СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

10 июля 2025г

Меню лагерь день 9

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая с сахаром и масло (<i>молоко, крупа рисовая, сахарный песок, масло сливочное, соль</i>)	220	8,11	10,72	42,36	365	182
Чай с сахаром (<i>чай заварной, сахарный песок</i>)	200\15	0,07	0,02	15	60	376
<i>Фрукт свежий (яблоко)</i>	100	0,3	0,3	7,35	35,25	338
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо.</i>)	20	1,49	2,13	11,55	71,29	ПР
Итого за завтрак:		9,97	13,17	76,26	531,54	
Обед						
Икра свекольная (<i>свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, сахарный песок, соль</i>)	100	20,37	8,8	22,87	185,3	75
Борщ со сметаной (<i>свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, сахарный песок, соль, сметана</i>)	250\10	1,86	6,36	8,92	107,45	81
Гуляш из мяса (<i>мясо, лук репчатый, томатная паста, мука в\с, соль</i>)	100	16,3	11,5	3,75	165,83	256
Каша рассыпчатая перловая (<i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>)	180	5,35	5,21	38,03	220,32	302
Кисель из сока (<i>сок фруктовый, сахарный песок, крахмал</i>)	200	0,16	0,08	27,5	111,36	350
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо.</i>)	40	2,97	3,83	23,1	142,57	ПР
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи, сахарный песок, соль, масло подсолнечное</i>)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		50,21	36,22	146,25	1040,83	
Итого за день: 172=00		60,18	49,39	222,51	1572,37	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурян

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю.Филиппова

СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

МЕНЮ

11 июля 2025г

Питание день 10

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром и маслом (<i>крупа манная, молоко, сахарный песок, масло сливочное, соль.</i>)	220	8,11	10,72	53,1	291	181
<i>Яйцо отварное</i>	1шт	5,08	4,6	0,28	63	209
Чай с повидлом (<i>чай заварной, повидло</i>)	200\30	0,13	0,02	14,64	59	376
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо</i>)	60	4,46	6,38	34,62	213,86	ПР
Итого за завтрак:		17,78	21,72	102,64	626,86	
Обед						
Винегрет овощной (<i>картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное</i>)	100	1,62	6,2	8,9	125,1	67
Суп картофельный с фасолью (<i>картофель, крупа фасоль, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное, соль, зелень</i>)	250	4,9	5,33	19,23	144,43	102
Котлеты рубленые из кур в соусе (<i>цыпленок, сухари панировачные, молоко, соль, сметана, мука в\с, масло сливочное</i>)	105	9,5	12,64	13,21	191	294,330
Каша гречневая рассыпчатая (<i>крупа греча, масло сливочное, соль</i>)	180	10,68	4,92	47,81	258,23	302
Напиток из шиповника (<i>шиповник, сахарный песок</i>)	200	0,68	0,27	17,2	72,8	388
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо</i>)	40	2,97	3,83	23,1	142,57	ПР
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи, сахарный песок, соль, масло подсолнечное</i>)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		33,6	33,63	151,53	1042,13	
Итого за день: 172=00		51,33	55,35	254,17	1668,99	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурия



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

14 июля 2025г
Меню лагерь
день 1

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с сахаром и маслом (<i>крупa гречa , молоко , сахарный песок , масло сливочное , соль.</i>)	220	9,09	12,99	45,16	335	183
Какао с молоком (<i>какао порошок , молоко , сахарный песок</i>)	200	3,78	0,67	26	125,11	382
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .</i>)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Фрукт свежий (<i>яблоко</i>)	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Итого за завтрак:		15,5	16,93	98,29	614,04	
Обед						
Салат из свеклы отварной (<i>свекла , масло подсолнечное</i>)	100	1,41	4,61	8,26	92,8	52
Щи из капусты (<i>капуста, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука в\с , масло подсолнечное, соль</i>)	250	1,76	4,89	5,9	80	87
Плов (<i>мясо , крупa рис , масло подсолнечное, лук репчатый, морковь , томатная паста , соль, лавровый лист</i>)	300	35,24	56,35	51,79	816	291
Кисель из сока (<i>сок фруктовый , сахарный песок , крахмал</i>)	200	0,16	0,08	27,5	111,36	350
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок , соль, масло подсолнечное</i>)	60	4,8	0,66	33,12	162	ПР
Итого за обед:		43,37	22,78	126,57	1262,16	
Итого за день: 172=00		58,87	39,71	224,86	1876,2	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор	И.Н.Родионова
Зав. производством	Л.В.Плахотник
Начальник лагеря	А.А.Гангурия

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю. Филиппова



СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

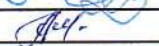


ООО "Калининская АЭС-Сервис"

15 июля 2025г Меню лагерь день 2

Наименование блюда	Вес блюда, г.	Пищевые вещества,г.			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная пшенная с сахаром и маслом (<i>молоко, крупа пшено, сахарный песок , масло сливочное ,соль</i>)	220	9,51	11,72	47,03	325	182
Чай с сахаром (чай заварной, <i>сахарный песок</i>)	200\15	0,07	0,02	15	60	376
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .</i>)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Фрукт свежий (<i>яблоко</i>)	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Итого за завтрак		12,21	15,01	89,16	538,93	
Обед						
Салат из белокочанной капусты (<i>капуста белокочанная, морковь, соль, сахар , масло подсолнечное</i>)	100	1,7	5	8,47	85,7	45
Суп картофельный с крупой (рис) (<i>картофель, крупа рис, морковь, лук репчатый , масло подсолнечное, соль, лавровый лист</i>)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	101
Фрикадельки в соусе (<i>свинина, молоко, хлеб белый, лук репчатый , масло подсолнечное, яйцо, зелень , соль, сметана, томатная паста, мука в\с, лавровый лист</i>)	105(55/50)	16,98	16,77	10,61	224	280,331
Макаронные изделия отварные (<i>макаронные изделия, масло сливочное , соль</i>)	180	6,12	9	34,2	242,28	309
Компот из яблок (<i>яблоки , сахарный песок</i>)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	342
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .</i>)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок , соль, масло подсолнечное</i>)	60	4,8	0,66	33,12	162	ПР
Итого за обед		33,96	37,17	143,72	1021,26	
Итого за день 172=00		46,17	52,18	232,88	1560,19	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор  И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря  А.А.Гангурян

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю.Филиппова



СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова



ООО "Калининская АЭС-Сервис"

16 июля 2025г

Меню лагерь день 3

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая с сахаром и маслом(<i>молоко, крупа рис , сахарный песок , масло сливочное , соль</i>)	220	8,11	10,72	42,36	365	182
<i>Яйцо отварное</i>	1шт	5,08	4,6	0,28	63	209
Чай с повидлом (<i>чай заварной , повидло</i>)	200\30	0,13	0,02	14,64	59	376
Хлеб пшеничный (<i>мука в\с, сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо</i>)	60	4,46	6,38	34,65	213,86	ПР
Итого за завтрак:		17,78	21,72	91,93	700,86	
Обед						
Салат из соленых огурцов с луком (<i>огурцы соленые, лук репчатый , масло растительное</i>)	100	0,85	5,05	2,58	59,1	21
Борщ со сметаной(<i>свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста , масло подсолнечное, сахарный песок , соль, сметана</i>)	250\10	1,86	6,36	8,92	107,45	81
Мясо тушеное (<i>мясо, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука в\с , соль</i>)	100	15,8	28,17	2,56	305	256
Каша рассыпчатая перловая (<i>крупа перловая, масло сливочное , соль</i>)	180	5,35	10,21	38,03	220,32	302
Компот из смеси сухофруктов (<i>сухофрукты , сахарный песок</i>)	200	1,16	0,3	47,26	196,38	349
Хлеб "Аромат" (<i>мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок , соль, масло подсолнечное</i>)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		28,22	50,53	121,43	996,25	
Итого за день: 172=00		46	72,25	213,36	1697,11	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор И.Н.Родионова
Зав. производством Л.В.Плахотник
Начальник лагеря А.А.Гангурия

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю. Филиппова

СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

17 июля 2025г

Меню лагерь день 4

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром и маслом (<i>круп манная , молоко , сахарный песок, масло сливочное, соль.</i>)	220	8,11	10,72	53,1	291	181
Чай с сахаром и лимоном (чай заварной, сахарный песок, <i>лимон</i>)	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный (<i>мука в/с , сахарный песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо</i>)	50	3,71	4,79	28,88	178,21	ПР
Фрукт свежий (<i>яблоко</i>)	100	0,4	0,4	9,8	47	341
Итого за завтрак:		12,35	15,93	106,98	578,21	
Обед						
Салат картофельный с огурцами (<i>картофель, лук репчатый, огурцы соленые, морковь , масло подсолнечное</i>)	100	1,22	7,84	8,96	110,9	37
Суп гороховый с гренками, зелень (<i>круп горох, морковь, лук репчатый, масло, подсолнечное, гренки из пшеничного хлеба, , зелень , соль</i>)	250/15/1,5	9,17	3,43	38,41	181,18	119
Котлеты рубленые в соусе (<i>мясо, хлеб белый, молоко , масло подсолнечное, сметана, томатная паста, мука в/с , соль</i>)	105	16,17	18,79	14,17	187,75	268,332
Каша гречневая рассыпчатая (<i>круп гречневая, масло сливочное , соль</i>)	180	10,68	4,92	47,81	258,23	302
Напиток из варенья (<i>повидло , сахарный песок</i>)	200	0,08	0	26,26	105,4	387
Хлеб "Аромат" (<i>мука в/с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок, соль, масло подсолнечное</i>)	60	3,36	0,66	29,64	137,94	ПР
Итого за обед:		40,68	35,64	165,25	981,4	
Итого за день: 172=00		53,03	51,57	272,23	1559,61	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор  И.Н.Родионова
Зав. производством  Л.В.Плахотник
Начальник лагеря  А.А.Гангурян

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУДО ДДТ
пр-т Курчатова, д.17
И.Ю. Филиппова

СОГЛАСОВАНО:
ЗГДОПиСУ
ООО "Калининская АЭС-Сервис"
И.Л.Ахмедова

ООО "Калининская АЭС-Сервис"

18 июля 2025г

Меню лагерь день 5

Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Эн.ценность (ккал)	№ Рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями (молоко, вермишель, масло сливочное, сахарный песок)	250	5,47	4,75	17,96	250	120
Какао с молоком (какао порошок, молоко , сахарный песок)	200	3,78	0,67	26	125,11	382
Хлеб пшеничный (мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .)	30	2,23	2,87	17,33	106,93	ПР
Фрукт свежий (яблоко)	100	0,3	0,3	7,35	35,25	338
Итого за завтрак:		11,78	8,59	68,64	517,29	
Обед						
Икра морковная (морковь, лук репчатый, томатная паста , масло подсолнечное, сахарный песок , соль)	100	20,3	13,5	38,51	181,9	75
Суп из овощей со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный , масло подсолнечное, сахарный песок , сметана , соль)	250\10	2,6	6,4	12,66	184,7	99
Печень тушеная в соусе (печень, сметана, мука в\с , соль)	100	23,08	9,18	2,85	152	261
Рис припущенный (крупя рис, масло сливочное , соль)	180	4,37	5,15	20	239,94	305
Кисель из сока фруктового (сок фруктовый , сахарный песок , крахмал)	200	0,16	0,08	27,5	111,36	359
Хлеб пшеничный (мука в\с , сахарный песок , масло подсолнечное, соль, дрожжи, яйцо .)	40	2,97	3,83	23,1	142,57	ПР
Хлеб "Аромат" (мука в\с, солодовой экстракт, дрожжи , сахарный песок , соль, масло подсолнечное)	40	3,2	0,44	22,08	108	ПР
Итого за обед:		56,68	38,58	146,7	1120,47	
Итого за день: 172=00		68,46	47,17	215,34	1637,76	

*Жирным шрифтом выделены продукты - аллергены.

Калькулятор  И.Н.Родионова
Зав. производством  Л.В.Плахотник
Начальник лагеря  А.А.Гангурян