

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

29 мая 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Понедельник 1 -ый день

Наименование блюд

Завтрак 1

Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бутерброд горячий с сыром (батон)	30/25		8,83	7,52	15,42	166
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	200/5		6,12	11,7	43,34	303
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	2шт/70/10		18	5,4	22,81	215
Чай с молоком сахаром	200/8		1,52	0,76	10,4	59
Итого:			34,47	25,38	91,97	743

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
Итого:			35,47	25,58	112,17	835

Обед

Салат из свежих огурцов с маслом растит.	80		0,53	4,87	1,44	52
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2,08	6,7	9,3	107
Пельмени Для умников и умниц" отварн.с соусом Переменка	200/20		26,3	16,8	46,7	443
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,1	0,04	25,71	103
Кекс Волжский	50		3,2	10,40	46,2	291
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1с	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:			34,73	39,17	148,19	1087
ВСЕГО:		201,63	70,20	64,75	260,36	1 922

Младшие

Понедельник 1 - ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Наименование блюд	Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Бутерброд горячий с сыром	30/25		8,82	7,52	15,42	166
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	150/5		4,6	8,08	32,6	201
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	2 шт/70/15		18,3	5,8	25,6	231
Какао с молоком	200		3,97	2,1	25,16	145

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте	200		1	0,2	20,2	92
Итого:			36,69	23,70	118,98	835

Обед

Салат из свежих огурцов	60		0,39	3,65	1,08	39
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/10		1,71	5,65	7,51	89
Пельмени "Для Умников и умниц" с соусом "Переменка"	200/20		26,30	16,80	46,7	443
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	25,71	103
Кекс Волжский	50		3,2	10,4	46,20	291
Хлеб ржано - пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:			34,22	36,90	146,04	1056

ВСЕГО:

201,63 70,91 60,60 265,02 1891

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

30 мая 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Вторник 2-ой день

Наименование блюд

Завтрак

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	200/5	14,5	19,1	33,4	363
Коктейль молочный 3,2 % в ассортименте	1/200	7,6	6,5	23,6	183
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,005	7,99	32
Батон высший сорт	25	1,88	0,73	12,85	66
Итого:		24,40	26,74	87,64	691

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

200	1	0,2	20,2	92
Итого:	25,40	26,94	107,84	783

Обед

Ассорти овощное(огурцы,помидоры свежие с маслом раст)	40/40/5	0,72	5,1	2,3	59
Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,55	19,3	151
Гратен из картофеля с индейкой,соусом Бешамель	180	19,78	18,60	41,60	412
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,02	11,20	46
Корж Молочный	50	5,9	6,22	55,01	299
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1с	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого:		34,93	35,85	148,25	1058
ВСЕГО:	201,63	60,33	62,79	256,09	1 841

Младшие

Вторник 1 - ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,8	47
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом сливочным	150/5	10,91	14,3	25,1	272
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,99	32
Коктейль молочный 3,2% (в ассортименте)	1/200	7,60	6,5	23,6	183
Батон высший сорт	25	1,88	0,73	12,9	66

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте

200	1	0,2	20,2	87
Итого:	21,81	22,14	99,54	687

Обед

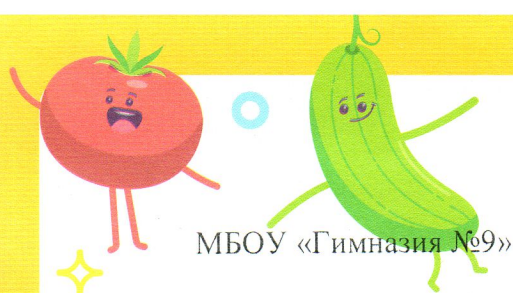
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	30/30/5	0,54	5,08	1,71	55
Суп картофельный с горохом, фрикадельками из птицы	200/11	6,54	6,02	15,5	143
Гратен из картофеля с индейкой, соусом "Бешамель"	180	19,78	18,6	41,60	412
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
Пирожное песочное нарезное	50	3,4	13,9	40,20	299
Хлеб ржано - пшеничный	20	1,00	0,20	9,00	44
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого:		32,91	43,98	129,00	1046

ВСЕГО:

201,63	54,72	66,12	228,54	1733
--------	-------	-------	--------	------

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88



Меню

31 мая 2023 года



Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Среда 3-ий день

Наименование блюд

Завтрак 1

Масло сливочное порциями
Запеканка из творога со сгущённым молоком
Чай с сахаром, лимоном
Хлеб пшеничный (белый)
Итого:

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

10	0,08	7,25	0,08	66
150/10	34	18,0	51,2	502
200/8/5	0,07	0,01	8,14	34
20	1,52	0,16	9,84	47
	35,67	25,42	69,26	649

Компот из замороженной вишни
Итого:

200	0,12	0,03	36,5	146
	35,79	25,45	105,76	795

Обед

Салат Каприз (помидоры, сыр, кукуруза, сухарики, масло растит.)
Суп из овощей со сметаной
Рыба (филе) запеченная с сыром
Рис отварной, овощная Европейская смесь (доп. гарнир)
Кисель из концентрата
Печенье весовое
Хлеб ржано-пшеничный
Хлеб пшеничный 1с
Итого:
ВСЕГО:

80	2,14	9,64	4,55	115
250/5	1,99	6,01	11,27	108
80/5	19,74	6,19	12,20	183
150/30	4,9	6,4	52,6	287
200			13,10	53
2шт/30	5,07	8,1	39,8	252
15	0,75	0,15	6,75	33
15	1,14	0,12	7,38	35
	35,73	36,64	147,65	1066
	201,63	71,52	62,09	253,41
				1 861

Младшие

Среда 1-ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Масло сливочное порциями
Запеканка из творога со сгущённым молоком
Чай с сахаром, лимоном
Батон высший сорт

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

10	0,08	7,25	0,08	66
150/10	34	18	51,2	502
200/8/5	0,066	0,01	8,13	34
25	1,88	0,73	12,9	66

2-ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте
Итого:

200	1	0,2	20,2	87
	37,03	26,19	92,46	755

Обед

Салат "Каприз" (помидоры свежие, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)
Суп из овощей со сметаной
Рыба (филе) запечённая с сыром
Рис отварной
Напиток из замороженной черной смородины
Шафран с яблоками
Хлеб ржано-пшеничный
Хлеб пшеничный
Итого:

60	1,61	7,22	3,41	86
200/10	2,75	5,71	3,8	96
70/5	17,47	6,12	10,60	167
150	3,83	5,43	40,00	224
200	0,10	0,04	25,71	103
75	4,99	10,05	38,76	267
20	1,00	0,20	9,00	44
20	1,52	0,16	9,84	47
	33,27	34,93	141,12	1034

ВСЕГО:

201,63	70,30	61,12	233,58	1789
---------------	--------------	--------------	---------------	-------------

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

1 июня 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Четверг 4-ый день
Наименование блюд

Завтрак 1

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
100		0,4	0,4	9,8	47
30/25		8,83	7,52	15,42	166
200/5		14,8	18,5	33,8	360
200/8		0,02	0,005	7,99	32
Итого:		24,05	26,43	67,01	605

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте	200	1	0,2	40,2	166
Итого:		25,05	26,63	107,21	771

Обед

Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, с м/рас.	75	5,53	11,2	8,35	157
Суп - лапша домашняя с фрикадельками из птицы	250/11	5,44	7,85	17,05	161
Азу с говядиной	50/150	11,20	8,8	42,80	295
Компот из урюка	200	0,8	0,06	18,46	79
Элеш с птицей (грудки куриные)	100	10,2	7,8	45,1	291
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,00	0,20	9,00	44
Хлеб пшеничный 1с	15	1,14	0,12	7,38	35
Итого:		35,31	36,07	148,14	1062
ВСЕГО:	201,63	60,36	62,70	255,35	1 833

Младшие

Четверг 1 - ая неделя
Наименование блюд

Завтрак

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
120		0,48	0,48	11,76	56
35/25		9,20	7,70	18	179
150/5		10,6	13,6	25,3	266
200/8		0,021	0,005	7,99	32

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте	200	2	0,2	30,2	130
Итого:		22,30	21,99	93,25	663

Обед

Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, маслом раст	60	4,41	8,98	6,65	126
Суп - лапша домашняя с мясными фрикадельками	200/11	4,63	6,49	13,79	132
Азу с говядиной	50/150	11,20	8,80	42,80	295
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
Элеш с птицей (грудки куриные)	100	10,2	7,8	45,10	291
Хлеб ржано - пшеничный	20	1,00	0,20	9,00	44
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого:		32,97	32,43	137,36	976

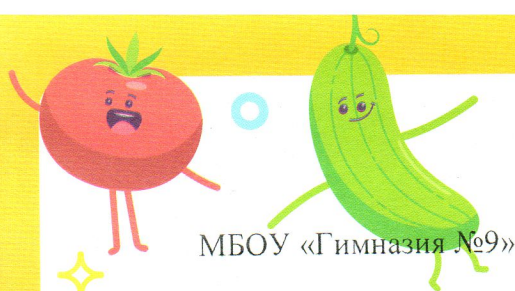
ВСЕГО:

201,63 55,27 54,42 230,61 1639

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88





Меню

2 июня 2023 года



Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Пятница 5-ый день
Наименование блюд

Завтрак 1

Блинчики со сгущенным молоком
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом
Йогурт питьевой обогащенный 3,2 ДМК (в ассортименте)
Чай с сахаром

Хлеб пшеничный 1с

Итого:

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

Итого:

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

1шт/45/10	3,2	2,5	19,5	114
200/5	15,6	19	51,3	438
1/125	3,5	3,5	14,6	105
200/8	0,02	0,005	7,99	32
20	1,52	0,16	9,84	47
	23,84	25,17	103,23	736
200	1	0,2	20,2	92
	24,84	25,37	123,43	828

Обед

Салат Итальянские каникулы (фасоль, помидоры, огурцы сол., м/р)

Итальянский суп с сосисками (с томатом)

Мясо по - милански

Напиток Лимонный

Пицца с курицей и сыром

Хлеб ржано-пшеничный

Хлеб пшеничный 1с

Итого:

75	1,90	6,30	5,00	86
250	5,38	9,61	14,90	169
180	15,60	11,9	52,9	381
200	0,14	0,0	14,45	61
85	10,9	10,6	44,13	315
20	1,00	0,20	9,00	44
15	1,14	0,12	7,38	35
	36,06	38,75	147,76	1091

ВСЕГО:

201,63 60,90 64,11 271,19 1 919

Младшие

Пятница 1 - ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком

Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом

Какао с молоком

Йогурт питьевой обогащенный витаминами 2,8 %

Хлеб пшеничный

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

1 шт/45/10	3,19	2,52	19,5	114
150/5	7,83	14,26	38,5	313
200	3,97	2,1	25,16	145
1 шт/125	3,50	3,5	14,63	105
25	1,9	0,2	12,3	59

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте

Итого:

200	1	0,2	20,2	87
	21,39	22,78	130,29	823

Обед

Салат "Итальянские каникулы"

Итальянский суп с сосисками

Мясо по - милански

Кисель из концентрата

Пицца с курицей сыром

Хлеб ржано - пшеничный

Хлеб пшеничный

Итого:

60	1,54	5,05	4,02	69
200	4,30	7,69	11,91	136
180	15,6	11,9	52,9	381
200			13,10	53
85	10,9	10,6	44,13	315
20	1,00	0,20	9,00	44
20	1,52	0,16	9,84	47
	34,86	35,60	144,90	1045

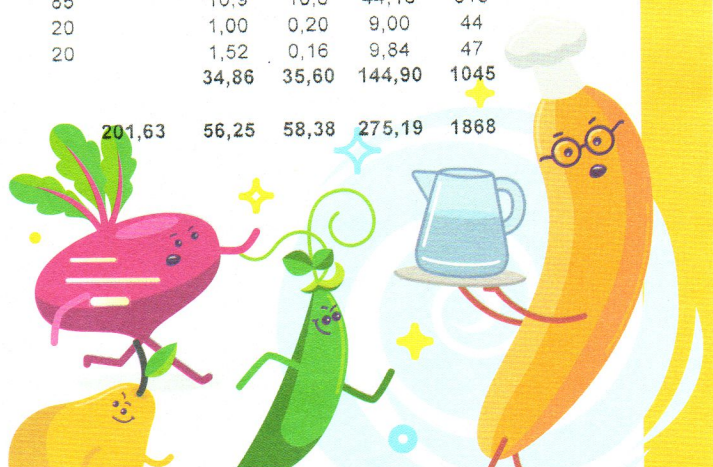
ВСЕГО:

201,63 56,25 58,38 275,19 1868

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 июня 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Понедельник 6 -ой день

Наименование блюд

Завтрак 1

Фрукты свежие

Яйцо варёное вкрутую

Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом

Чай с сахаром, лимоном

Хлеб пшеничный (белый)

Итого:

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Ассорти овощное(огурцы,помидоры свежие с маслом раст)

Суп - лапша домашняя с фрикадельками из птицы

Биштекс по-домашнему

Кыстыбый с картофелем, маслом

Компот из урюка

Эч-почмак с говядиной

Хлеб ржано-пшеничный

Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

100	0,4	0,4	9,8	47
1шт/48	6,35	5,75	0,35	79
200/5	17	20	44,1	424
200/8/5	0,07	0,01	8,14	34
25	1,90	0,20	12,30	59
	25,72	26,36	74,69	643

200	1	0,2	35	145
	26,72	26,56	109,69	788

30/30/5	0,54	5,1	1,71	55
250/11	5,44	7,85	17,05	161
90	13,5	8	8,37	159
170/5	6,5	6	52,10	288
200	0,8	0,06	18,46	79
100	10,3	10,07	34,4	272
20	1	0,2	9	44
15	1,14	0,12	7,38	35
	39,22	37,38	148,47	1093
	201,63	65,94	63,94	258,16
				1 881

Младшие

Понедельник 2 - ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Фрукты свежие

Яйцо варёное

Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом сливочным

Чай с сахаром, лимоном

Батон высшего сорта

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)

Суп - лапша домашняя с фрикадельками из птицы

Биштекс рубленный по - домашнему

Кыстыбый с картофелем, маслом сливочным

Компот из плодов сушеных (урюк)

Эч - почмак с говядиной

Хлеб ржано - пшеничный

Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

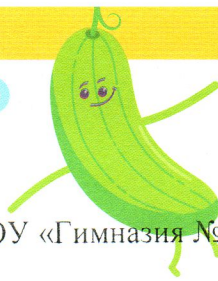
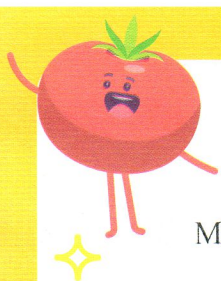
120	0,48	0,48	11,76	56
1 шт	6,35	5,75	0,35	79
150/5	12,60	14,60	33,07	314
200/8/5	0,066	0,01	8,13	34
25	1,88	0,73	12,9	66

200	1	0,2	30,2	127
	22,38	21,77	96,36	676

30/30/5	0,54	5,08	1,71	55
200/11	4,72	6,60	13,66	133
90	13,50	8	8,370	159
170/5	6,49	6	52,1	288
200	0,80	0,06	18,46	79
100	10,32	10,07	34,44	272
20	1,00	0,20	9,00	44
20	1,52	0,16	9,84	47
	38,89	36,17	147,58	1077
	201,63	61,27	57,94	243,94
				1 753

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88



Меню



МБОУ «Гимназия №9»

6 июня 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Вторник 7 - ой день Наименование блюд

Завтрак 1

Масло сливочное порциями
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом
Какао с молоком
Йогурт питьевой обогащённый 3,2 ДМК (в ассортименте)
Хлеб пшеничный (белый)

Итого:

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Салат из свежих помидоров с маслом (без лука)
Рассольник "Ленинградский" со сметаной
Грудки куриные запечённые с сыром, томатом
Рис отварной, овощная Европейская смесь (доп. гарнир)
Напиток из замороженной чёрной смородины
Коврижка Медовая
Хлеб ржано-пшеничный
Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
10		0,08	7,25	0,08	66
200/5		14,5	19,1	33,4	230
200		3,97	2,1	25,17	145
1/125		3,5	3,5	14,6	105
25		1,90	0,20	12,30	59
		23,95	32,15	85,55	605
200		1	0,2	20,2	92
		24,95	32,35	105,75	697
80		0,84	4,95	2,89	61
250/5		2,42	6,14	17,1	134
90/5		24	13,8	6,3	245
150/30		4,9	6,4	42,68	248
200		0,1	0,04	25,71	103
50		3,09	4,0	39,82	208
15		0,75	0,15	6,75	33
15		1,14	0,12	7,38	35
		37,24	35,59	148,64	1067
201,63		62,19	67,94	254,39	1 764

Младшие

Вторник 2 - ая неделя Наименование блюд

Завтрак

Плоды свежие
Масло сливочное порциями
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом
Какао с молоком
Йогурт питьевой обогащенный витаминами 2,8 %
Хлеб пшеничный

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Салат из свежих помидоров
Рассольник "Ленинградский" со сметаной
Грудки куриные запечённые (филе) с сыром, томатом
Рис отварной, овощная смесь (доп. гарнир)
Кисель из концентрата
Коврижка Медовая
Хлеб ржано - пшеничный
Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
120		0,48	0,48	11,76	56
10		0,08	7,25	0,08	66
150/5		10,91	14,3	25,1	272
200		3,97	2,1	25,16	145
1 шт/125		3,50	3,5	14,63	105
25		1,9	0,2	12,3	59
200		1	0,2	20,2	87
		21,84	28,03	109,23	790
60		0,63	3,71	2,17	46
200/10		2,09	5,81	13,9	117
75/5		20,24	11,5	6,0	208
150/45		5,43	6,93	44,00	260
200				13,10	53
50		3,09	3,96	39,82	208
20		1,00	0,20	9,00	44
20		1,52	0,16	9,84	47
		34,00	32,27	137,83	983
201,63		55,84	60,30	247,06	1773

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 июня 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Среда 8 -ой день
Наименование блюд
Завтрак 1

Фрукты свежие
Сырники "Классические" со сгущённым молоком
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом
Чай с сахаром
Батон высшего сорта
Итого:

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
120		0,48	0,48	11,76	56
2 шт/70/10		17,96	5,4	22,81	215
200/5		9	19	38	359
200/8		0,02	0,005	7,99	32
25		1,88	0,73	12,85	66
		29,34	25,62	93,41	728

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте
Итого:

200	1	0,2	20,2	92
	30,34	25,82	113,61	820

Обед

Салат итальянские каникулы (фасоль, помидоры, огурцы сол., м/р)
Итальянский суп с сосисками (с томатом)
Лазанья с мясом
Напиток из шиповника
Шафран с повидлом
Хлеб ржано-пшеничный 1с
Хлеб пшеничный 1с
Итого:

80	2,05	6,73	5,35	92
250	5,38	9,61	14,90	169
200	20,76	14,3	47,37	401
200	0,01		10,2	41
75	5,1	7,8	52,00	295
20	1	0,2	9	44
20	1,52	0,16	9,84	47
	35,82	38,80	148,66	1089
201.63	66.16	64.62	262.27	1 909

ВСЕГО:

Младшие

Среда 2 - ая неделя
Наименование блюд
Завтрак

Фрукты свежие
Сырники "Классические" со сгущённым молоком
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом
Кофейный напиток с молоком
Батон высшего сорта

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
120		0,48	0,48	11,76	56
2 шт/70/25		19,04	6,65	31,1	264
150/5		6,35	12,3	28,5	250
200		3,3	1,51	21,08	120
25		1,88	0,73	12,9	66

2 - ой Завтрак
Сок (разливной) в ассортименте
Итого:

200	1	0,2	20,2	87
	32,05	21,87	125,49	843

Обед

Салат "Итальянские каникулы"
Итальянский суп с сосисками
Лазанья с мясом
Напиток из шиповника
Шафран с повидлом
Хлеб ржано - пшеничный
Хлеб пшеничный
Итого:

60	1,54	5,05	4,02	69
200	4,30	7,69	11,91	136
190	19,72	13,6	45,00	381
200	0,8	0,06	18,46	79
75	5,09	7,76	51,92	295
20	1,00	0,20	9,00	44
20	1,52	0,16	9,84	47
	33,97	34,52	150,15	1 051

ВСЕГО:

201,63 66,02 56,39 275,64 1 894

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

8 июня 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Четверг 9 - ый день

Наименование блюд

Завтрак 1

Фрукты свежие

Бутерброд горячий с сыром (хлеб пшеничный белый)

Каша вязкая молочная из рисовой и пшеничной крупы с маслом

Чай с сахаром, лимоном

Итого:

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Салат Успех (огурцы св., яйцо, сыр, масло растит.)

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной

Рыба запеченная с овощами

Картофель запеченный

Печенье ватное

Компот из замороженной компотной смеси

Хлеб ржано-пшеничный

Хлеб пшеничный 1с

Итого:

ВСЕГО:

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

100		0,4	0,4	9,8	47
30/25		8,86	6,89	14,76	158
200/5		14,8	18,5	33,8	360
200/8/5		0,07	0,01	8,14	34
		24,13	25,80	66,50	599

200		1	0,2	40,12	166
		25,13	26,00	106,62	765

80		3,6	8,44	1,2	95
250/5		1,95	6,0	9,12	99
75/25		15,7	5,5	32,3	241
180		4,2	9,9	33,35	242
3шт/45		7,1	6,2	43,9	259
200		0,14	0,02	11,20	46
20		1	0,2	9	44
15		1,14	0,12	7,38	35
		34,83	36,33	147,45	1061
		201,63	59,96	62,33	254,07
					1 826

Младшие

Четверг 2 - ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Фрукты свежие

Бутерброд горячий с сыром

Каша вязкая молочная из рисовой и пшеничной крупы с маслом

Чай с молоком

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, масло растительное)

Щи из св. капусты с картофелем, сметаной

Рыба, запеченная с овощами

Картофель запеченный

Компот из замороженной компотной смеси

Пирожки печеные с яблоками

Хлеб ржано - пшеничный

Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

Выход стоим-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

120		0,48	0,48	11,76	56
30/25		8,82	7,52	15,42	166
150/5		14,8	18,5	33,8	360
200/8		1,52	0,76	10,39	59

200		1	0,2	30,2	127
		26,62	27,46	101,57	768

60		2,69	6,33	0,90	71
200/10		1,71	5,66	7,51	89
75/25		15,7	5,5	32,30	241
150		3,51	8,22	28,40	202
200		0,13	0,02	11,15	46
60		4,32	8,45	37,52	243
20		1,00	0,20	9,00	44
20		1,52	0,16	9,84	47
		30,58	34,54	136,62	983
		201,63	57,20	62,00	238,19
					1 751

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 июня 2023 года

Оздоровительный (пришкольный) лагерь дневного пребывания

Старшие

Пятница 10 - ый день

Наименование блюд

Завтрак 1

Масло сливочное порциями

Запеканка из творога со сгущённым молоком

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный (белый)

Итого:

Сок фруктовый (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Салат Каприз (помидоры, сыр, кукуруза, сухарики, масло растит.)

Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельк.

Буритос с курицей и сыром

Напиток яблочный

Катлы- кумэч

Хлеб ржано-пшеничный

Хлеб пшеничный 1с

Итого:

ВСЕГО:

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
10		0,08	7,25	0,08	66
150/15		34	18,0	51,2	502
200/8		0,02	0,005	7,99	32
25		1,90	0,20	12,30	59
		36,00	25,46	71,57	659
200		1	0,2	35,2	92
		37,00	25,66	106,77	751
80		2,14	9,64	4,55	115
250/11		4,61	4,5	21,1	144
180		21,6	11,8	44,9	430
200		0,10	0,10	12,43	52
75		7,19	10,75	48,6	323
20		1	0,2	9	44
15		1,14	0,12	7,38	35
		37,78	37,14	147,96	1143
	201,63	74,78	62,80	254,73	1 894

Младшие

Пятница 2 - ая неделя

Наименование блюд

Завтрак

Масло сливочное порциями

Запеканка из творога со сгущённым молоком

Какао с молоком

Хлеб пшеничный

2 - ой Завтрак

Сок (разливной) в ассортименте

Итого:

Обед

Салат "Каприз" (помидоры свежие, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)

Суп картофельный с вермишелью, фрикадельками из птицы

Буритос с курицей и сыром

Кисель из концентрата

Печенье сдобное "Шоколадное"

Хлеб ржано - пшеничный

Хлеб пшеничный

Итого:

ВСЕГО:

Выход	стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
10		0,08	7,25	0,08	66
150/10		34	18	51,2	502
200		3,97	2,1	25,16	145
25		1,9	0,2	12,3	59
200		1	0,2	20,2	87
		40,95	27,75	108,94	859
60		1,61	7,22	3,41	86
200/11		4,14	4,02	16,8	121
180		21,59	11,8	44,9	430
200				13,10	53
2 шт/30		2,41	7,24	33,50	208
20		1,00	0,20	9,00	44
20		1,52	0,16	9,84	47
		32,27	30,64	130,54	989
	201,63	73,22	58,39	239,48	1848

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

