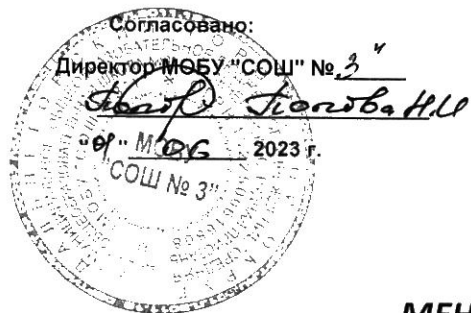




МЕНЮ на 1 июня 2023 г.

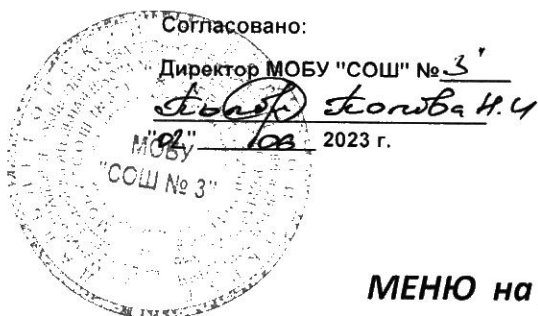
1 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная манная с маслом сливоч.	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12
Суп картофельный с крупой (гречка) с мясом	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80
Биточки мясные	80	8,40	9,45	4,00	136,90
Макароны отварные со слив мас	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,1

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная манная с маслом сливоч.	250/5	12,80	14,20	44,90	354,40
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	100	1,30	9,70	6,20	115,20
Суп картофельный с крупой (гречка) с мясом	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80
Биточки мясные	80	8,40	9,45	4,00	136,90
Макароны отварные со слив мас	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,1



МЕНЮ на 2 июля 2023 г.

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

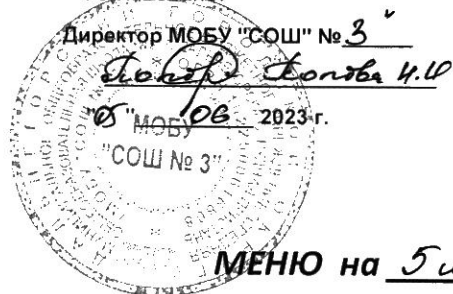
Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	0,64	2,44	2,64	87,60
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной.	15/250/5	7,67	10,55	21,97	173,72
Плов с мясом	190	10,93	12,60	32,72	285,95
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	250/5	15,33	9,69	37,26	330,20
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих помидор с растительным маслом	100	1,07	4,07	4,40	146,00
Борщ со свежей капустой с мясом, со смет	15/250/5	7,67	10,56	21,97	173,72
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	346,15
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80

Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" № 3



Утверждаю:

Кононенко Ю.А.



МЕНЮ на 5 июля 2023 г.

3 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная пшенная с маслом сливоч.	200/5	10,24	12,36	35,92	293,50
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45
Суп картофельный с макар изделиями с курицей	15/250	11,40	7,71	15,65	177,65
Жаркое по - домашнему с мясом	190	10,09	14,32	28,43	372,00
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная пшенная с маслом сливоч.	250/5	12,80	15,45	44,90	366,88
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из зеленого горошка	100	0,37	1,73	6,27	40,75
Суп картофельный с макар изделиями с курицей	15/250	11,40	7,71	15,65	177,65
Жаркое по - домашнему с мясом	230	12,21	17,33	34,42	450,32
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" №3

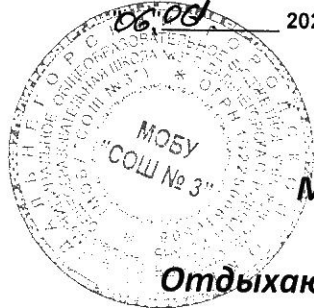
Конюченко Ю.А.

2023 г.

Утверждаю:

Конюченко Ю.А.

Конюченко Ю.А. Конюченко/



МЕНЮ на 6 июня 2023 г.

4 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Омлет натуральный со сливочным маслом с зеленым горошком	150	14,3	11,25	43,13	349,01
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12
Свекольник с мясом и сметаной	15/250/5	6,02	10	12,35	175,72
Тефтели мясные в соусе.	80/50	9,48	9,8	9,94	163,10
Гороховое пюре со сливочн маслом	150/5	3,35	6,4	26,27	148,50
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Омлет натуральный со сливочным маслом с зеленым горошком	200	19,1	15,00	57,51	465,35
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом.	100	1,6	7,6	5,3	94,3
Свекольник с мясом и сметаной	15/250/5	6,02	10	12,35	175,72
Тефтели мясные в соусе.	100/50	11,85	12,25	12,43	203,88
Гороховое пюре со сливочн маслом	180/5	4,02	7,68	31,52	178,20
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" № 3

05.06.2023 г.

МОБУ
"СОШ № 3"

Утверждаю:

Кононенко Ю.А.

Ю.А. Кононенко/

2023 г.

Конноненко
Юрий
Андреевич

МЕНЮ на 4 июня 2023 г.

5 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

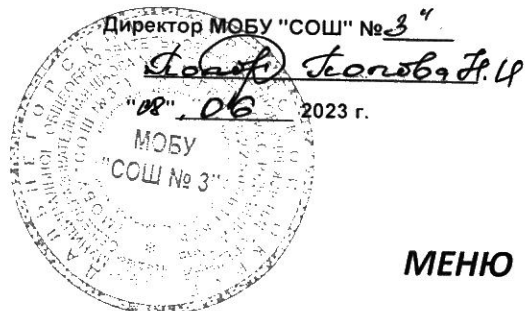
Завтрак		Б	Ж	У	К
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	200	9,20	11,20	39,60	282,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Рыба тушеная в томате с овощами	80/50	9,4	7,7	8,50	147,70
Рис отварной со сливочным маслом	150/5	3,65	5,37	26,69	209,70
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	250	11,50	14,00	49,50	352,50
Чай с сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Винегрет овощной с растительным маслом.	100	0,83	5,17	35,77	65,05
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	16,50	12,6	14,50	264,80
Рис отварной со сливочным маслом	180/5	4,82	5,68	37,52	224,66
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19

Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" №3



Утверждаю:

Кононенко Ю.А. Кононенко/



МЕНЮ на 8 июня 2023 г.

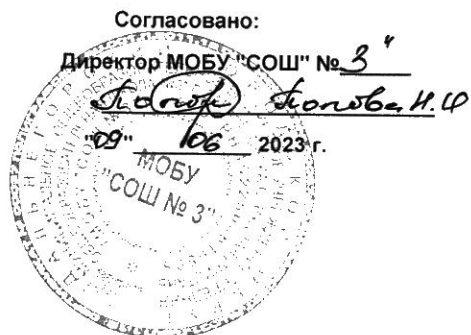
6 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Макароньы отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	10,30	40,83	242,18
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60	0,96	4,56	3,18	56,58
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Гречка по – купечески с мясом	190	13,40	10,75	18,80	282,10
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Макароньы отварные со слив мас с сыром	180/5/5	10,04	12,36	48,99	290,62
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из сырых овощей с растительным маслом	100	1,6	7,6	5,3	94,3
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Гречка по –купечески с мясом	230	17,60	16,80	59,20	397,26
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83



МЕНЮ на 9 июля 2023 г.

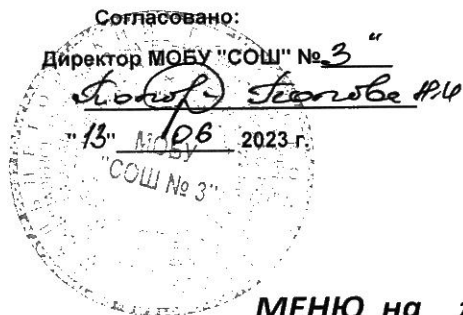
7 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	200	9,20	11,20	39,60	282,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной.	15/250/5	7,67	10,55	21,97	173,72
Азу "По-Татарски"	190	10,09	11,32	28,48	372,00
Хлеб в/с йодированный, пшенично-ржаной	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	250	11,50	14,00	49,50	352,50
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из зеленого горошка	100	0,37	1,73	6,27	40,75
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной.	15/250/5	7,67	10,55	21,97	173,72
Азу "По-Татарски"	230	12,20	13,70	34,48	450,32
Хлеб в/с йодированный, пшенично-ржаной	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00



МЕНЮ на 13 июня 2023 г.

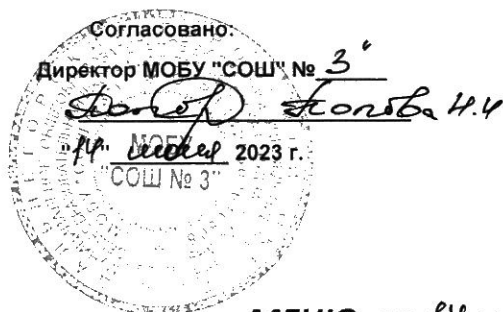
8 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из белокачанной капусты с растительным маслом.	60	0,96	4,56	3,016	56,48
Суп гороховый с колбасой.	20/250	8,20	6,80	13,00	178,48
Плов с мясом	190	10,93	12,60	32,72	285,95
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	250/5	15,33	9,69	37,26	330,20
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из белокачанной капусты с растительным маслом.	100	1,6	7,6	5,3	94,3
Суп гороховый с колбасой.	20/250	8,20	6,80	13,00	178,48
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	346,15
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20



МЕНЮ на 14 июня 2023 г.

9 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 – 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Макароны отварные со слив мас с сыром	150/5/5	8,37	10,30	40,83	242,18
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Голубцы ленивые	190	13,40	10,75	18,8	282,1
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Пирожное «Лакомка»	65	1,26	7,3	24,8	186,3

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Макароны отварные со слив мас с сыром	180/5/5	10,04	12,36	48,99	290,62
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Винегрет овощной с растительным маслом.	100	1,67	10,34	8,20	130,10
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5	9,36	9,04	15,22	176,93
Голубцы ленивые	100	10,50	11,8	6,10	171,76
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Пирожное «Лакомка»	65	1,26	7,3	24,8	186,3

Согласовано:
Директор МОБУ "СОШ" № 3
С.В. Донцов 4.0
15.06.2023 г.
МОБУ
СОШ № 3

Утверждаю:
Конonenko Ю.А.
Ю.А. Кононенко/
2023
Юрий
Андреевич

МЕНЮ на 15 июня 2023 г. 10 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 – 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Запеканка рисовая с творогом, со сгущенным молоком	150/20	12,23	10,05	48,86	343,30
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Жаркое по - домашнему с мясом	190	10,09	14,32	28,43	372,00
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Запеканка рисовая с творогом, со сгущенным молоком	200/20	16,31	13,4	65,15	417,73
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	100	1,30	9,70	6,20	115,20
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5	9,06	7,89	8,35	171,74
Жаркое по - домашнему с мясом	230	12,21	17,33	34,42	450,32
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" № 3



Утверждаю:

Кононенко Ю.А.

/Ю.А. Кононенко/



МЕНЮ на 16.06.2023 г.

11 день

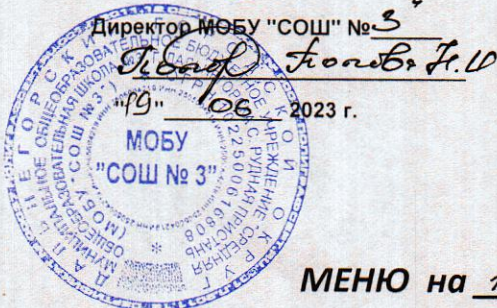
Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом.	60	0,96	4,56	3,016	56,48
Суп картофельный с макар изделиями с курицей	15/250	11,40	7,71	15,65	177,65
Плов с мясом	190	10,93	12,60	32,72	285,95
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Каша молочная манная с маслом сливочным	250/5	12,80	14,20	44,90	354,40
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом.	100	1,6	7,6	5,3	94,3
Суп картофельный с макар изделиями с курицей	15/250	11,40	7,71	15,65	177,65
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	346,15
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00

Согласовано:



Утверждаю:

Кононенко Ю.А. /Ю.А. Кононенко/



МЕНЮ на 19.06 2023 г.

12 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

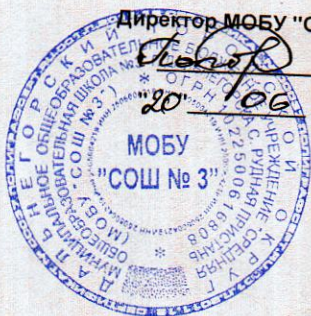
Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная пшенная с маслом сливоч.	200/5	10,24	12,36	35,92	293,50
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	60	0,96	4,56	3,18	56,58
Суп картофельный с горбушей.	20/250	7,92	8,75	14,53	131,80
Котлета мясная	80	8,40	9,45	4,00	136,90
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная пшенная с маслом сливоч.	250/5	12,80	15,45	44,90	366,88
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	100	1,60	7,60	5,30	94,30
Суп картофельный с горбушей.	20/250	7,92	8,75	14,53	131,80
Котлета мясная	100	10,50	11,8	6,10	171,76
Макароны отварные со сливочным маслом	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" №3



2023 г.

Утверждаю:

Кононенко Ю.А.

/Ю.А. Кононенко/



МЕНЮ на 20. 06. 2023 г.

13 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак			Б	Ж	У	К
Макаронны отварные со слив мас с сыром	150/5/5		8,37	10,30	40,83	242,18
Сыр порциями.	10		3,48	4,46	0,00	36,40
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80
Обед			Б	Ж	У	К
Салат из свежих помидор с растительным маслом	60		0,64	2,44	2,64	87,60
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной.	15/250/5		7,67	10,55	21,97	173,72
Тефтели мясные в соусе.	80/50		9,48	9,8	9,94	163,10
Гороховое пюре со сливочн маслом	150/5		3,35	6,4	26,27	148,50
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак			Б	Ж	У	К
Макаронны отварные со слив мас с сыром	180/5/5		10,04	12,36	48,99	290,62
Сыр порциями.	10		3,48	4,46	0,00	36,40
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80
Обед			Б	Ж	У	К
Салат из свежих помидор с растительным маслом	100		1,07	4,07	4,40	146,00
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной.	15/250/5		7,67	10,55	21,97	173,72
Тефтели мясные в соусе.	100/50		11,85	12,25	12,43	203,88
Гороховое пюре со сливочн маслом	180/5		4,02	7,68	31,52	178,20
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00



Согласовано:

Директор МОБУ "СОШ" № 3

Коненко Ю.А.

2023 г.

Утверждаю:

Кононенко Ю.А.

Ю.А. Кононенко/

2023 г.



МЕНЮ на 21.06. 2023 г.

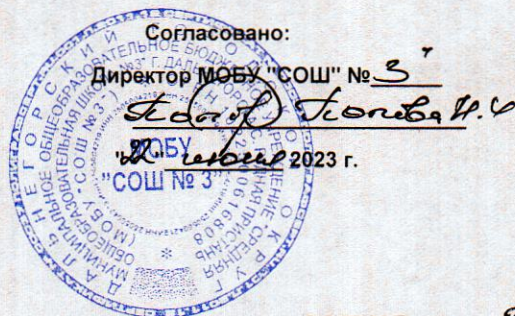
14 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная манная с маслом сливоч.	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12
Суп картофельный с крупой (гречка) с мясом	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80
Азу "По-Татарски"	190	10,09	11,32	28,48	372,00
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Каша молочная манная с маслом сливоч.	250/5	12,80	14,20	44,90	354,40
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	100	1,30	9,70	6,20	115,20
Суп картофельный с крупой (гречка) с мясом	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80
Азу "По-Татарски"	230	12,20	13,70	34,48	450,32
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20



МЕНЮ на 22.06 2023 г.

15 день

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере 6,5 -10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	200	9,20	11,20	39,60	282,00
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60	0,96	4,56	3,18	56,58
Суп картофельный с горохом и колбасой.	20/250	8,20	6,80	13,00	178,48
Котлета рыбная любительская	80	8,20	7,95	9,22	187,26
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

Отдыхающие в пришкольном оздоровительном лагере старше 10 лет

Завтрак		Б	Ж	У	К
Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	250	11,50	14,00	49,50	352,50
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80
Обед		Б	Ж	У	К
Салат из сырых овощей с растительным маслом	100	1,6	7,6	5,3	94,3
Суп картофельный с горохом и колбасой.	20/250	8,20	6,80	13,00	178,48
Котлета рыбная любительская	100	10,25	9,94	11,53	234,08
Макароны отварные со сливочным маслом	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19
Фрукт (Яблоко)	100	0,52	0,52	12,74	61,10

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813678

Владелец Попова Наталья Ивановна

Действителен с 31.03.2023 по 30.03.2024