

“Утверждаю”

Директор ООО “Лиман”

Терешина Н.И.



ООО “Лиман”

Примерное

Десятидневное

Меню

для детей в лагере с дневным пребыванием в

Учреждениях Советского района г. Брянска

На 2025г.

Согласовано

Директор Школы №



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурец)	11,36	60	0,42	0,06	1,14	7 00
215/2015	Омлет паровой	39,39	100/5	26,43	34,18	2,95	425 00
15/2015	Сыр	25,8	20	4,64	5,90	12,02	72 00
376	Чай с сахаром и лимоном	3,75	200/15/1	0,20	0,05	15,04	62 00
ПР	Печенье Топленое молоко	4,29	20	1,58	3,28	13,20	89 00
ПР	Хлеб	1,76	30	2,58	0,39	13,56	68 00
ОБЕД							
97/2015	Суп картофельный	23,9	250	2,34	2,83	16,87	114 00
ТТК№32	Биточки из свинины	44,09	90	11,86	20,32	6,08	255 00
333/2004	Макароны отварные с сыром	25,55	100/5/10	6,14	7,00	21,32	173 00
348	Компот из плодов сушеных (изюма)	10,37	200	0,35	0,08	29,85	122 00
769/2004	Булочка завитушка	4,88	50	4,30	2,60	27,20	149 00
ПР	Хлеб	2	34	2,21	0,34	15,64	74 00
Итого:		*	*	63,05	77,03	175,77	1 610,10

Директор
ООО "Лиман"

Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
259/2015	Жаркое по домашнему	46,34	35/100	10,37	15,84	16,26	249,10
349/2015	Компот из смеси сухофруктов	6,02	200	0,70	0,02	27,00	111,10
770/2004	Булочка дорожная	5,43	50	4,30	2,60	27,20	149,10
338/2015	Апельсин свежий(порция)	31,05	90	0,81	0,18	7,29	34,10
Пр	Хлеб	1,01	17	1,11	0,17	7,82	37,10
ОБЕД							
48/2015	Салат Витаминный	16,79	60	0,50	3,66	3,16	48,10
№88/2015	Щи из св. капусты с картофелем	18,77	250	1,77	4,95	7,90	90,10
271/2015	Котлета домашняя	54,63	50	6,47	17,40	5,03	185,10
302/2015г	Каша рассыпчатая гречневая	9,86	100	3,05	3,34	13,68	97,10
376	Чай с сахаром и лимоном	6	200/15	0,21	0,06	15,19	62,10
ПР	Хлеб	1,24	21	1,37	0,21	9,66	46,10
Итого:		*	*	30,64	48,42	140,20	1 106,10

Директор
ООО "Лиман"



Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность, Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
732-733/2015	Оладьи на сухом молоке с повидлом 150/20 гр	23,9	150/20	13,47	9,02	79,31	452,10
379/2015	Кофейный напиток с молоком 200гр	22,35	200	3,17	2,68	15,95	101,10
338-2015	Фрукт Яблоко свежее 115 гр	32,78	115	0,48	0,48	11,78	53,10
ОБЕД							
ТТК № 31	Салат из пекинской капусты с кукурузой и помидором 40г.	10,4	40	0,41	2,58	0,74	28,10
101/2015	Суп картофельный с крупой (рис) 200	14,57	200	1,58	2,17	9,69	69,10
ТТК № 23	Голубцы ленивые со сметаной 100/10 гр	45,75	100/10	12,20	20,65	11,90	282,10
312/2015	Картофельное пюре на с.м. 130 гр	29,48	130	2,66	4,16	17,72	119,10
699	Напиток из апельсинов 200гр.	10,62	200	0,20	0,04	25,73	104,10
736;738	Рулет с повидлом 40 гр	5,63	40	2,60	1,14	24,42	118,10
ПР	Хлеб 28г нов	1,86	28	1,82	0,28	12,88	61,10
Итого:		*	*	38,57	43,20	210,12	1 387,10

Директор
ООО "Лиман"

Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценност ь, Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
ТТК №%	Бутерброд с повидлом	8,04	20/20	1,70	0,60	25,12	113,10
173/2015	Каша мол.вязкая рисовая с маслом сливочным	32,3	200/8	8,68	34,36	4,80	235,10
338/2015	Фрукт Банан свежий	51,75	150	2,25	0,75	31,50	142,10
376	Чай с сахаром и лимоном	6	200/15	0,21	0,06	15,19	62,10
ОБЕД							
24/2015	Салат из свежих помидоров и огурцов	13,62	50	0,48	3,04	1,82	35,10
111/2015	Суп с макаронными изделиями	6,51	250	2,39	5,08	13,00	117,10
ТТК №?	Филе цыпленка в сухарях	45,23	60	15,64	5,14	4,33	126,10
304/2015	Рис отварной	22,56	150	3,65	5,37	36,68	210,10
387/2015	Напиток из варенья (повидла)	7,52	200	0,12		26,56	107,10
ПР	Батон	1,49	15	1,20	0,45	8,10	42,10
ПР	Хлеб	2,12	36	2,34	0,36	16,56	79,10
Итого:		*	*	38,66	55,21	183,66	1 268,00

Директор
ООО "Лиман"

Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп- туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Энергетическая ценность, ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
223/2015	Залеканка творожная со сгущенкой	71,05	100/15	16,81	12,72	32,20	310,00
338/2015	Груша (порция)	34,8	80	0,29	0,11	9,70	41,00
685/2004	Чай с сахаром	2,85	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
ОБЕД							
71/2015	Овощи натуральные свежие (Томат)	14,73	45	0,50	0,05	1,58	9,00
82/2015 г	Борщ с капустой и картофелем	18,39	250	1,80	4,92	10,93	103,00
295/2015	Котлета рубленая из цыплят	36,94	70	10,65	15,54	10,72	225,00
203/2015	Макаронные изделия отварные с маслом	11,33	100/5	3,82	4,05	21,32	137,00
376	Чай с сахаром и лимоном	3,75	200/15/1	0,20	0,05	15,04	62,00
ПР	Хлеб	1,3	22	1,43	0,22	10,12	48,00
Итого:		*	*	35,57	37,67	126,61	995,00

Директор
ООО "Лиман"



Ст. бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерге тическая ценност ь, Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
45/2015	Салат из свежей капусты	11,76	75	0,98	2,44	4,85	45,10
243/2015	Сосиска отварная	41,51	51	5,65	15,83	0,25	187,10
302/2015г	Каша рассыпчатая гречневая	17,57	150	7,62	7,42	34,36	235,10
376	Чай с сахаром и лимоном	8,9	200/15/9	0,21	0,06	15,28	62,10
ПР	Хлеб	1,94	33	2,15	0,33	15,18	72,10
ОБЕД							
ТТК№11	Салат из пекинской капусты с горошком	17,7	60	0,91	5,12	1,65	56,10
111/2015	Суп с макаронными изделиями	6,51	250	2,39	5,08	13,00	117,10
291-2015	Плов "Школьный"	57,27	35/100	13,50	13,60	23,83	271,10
ПР	Кисломолочный продукт (Йогурт)	26,6	125	3,00	2,50	15,30	96,10
377/2015	Чай с сахаром и лимоном	7,32	200/15/10	0,13	0,02	15,41	63,10
ПР	Хлеб	2,06	35	2,28	0,35	16,10	77,10
Итого:		*	*	38,82	52,74	155,00	1 261,00

Директор
ООО "Лиман"

Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергетическая ценность Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
219/2015	Сырники из творога со сметаной	67,04	100/15	63,13	53,48	39,85	892,00
685/2004	Чай с сахаром	2,85	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
338/2015	Фрукт Яблоко свежее	25,65	90	0,36	0,36	8,82	40,00
ОБЕД							
№88/2015	Щи из св. капусты с картофелем	15	200	1,41	3,96	6,32	72,00
260/2015	Гуляш из говядины	53,39	30/30	8,73	10,07	1,73	133,00
304/2015	Рис отварной	15,05	100	2,43	3,58	24,45	140,00
360/2015	Кисель из повидла	10,2	200	0,10	0,07	29,83	117,00
№775 стр 52	Булочка "Российская"	6,72	60	5,83	6,88	36,66	232,00
ПР	Хлеб	1,24	21	1,37	0,21	9,66	46,00
Итого:		*	*	83,43	78,63	172,13	1 732,00

Директор

ООО "Лиман"

Ст. бухгалтер ООО
"Лиман"Зав. производством
ООО "Лиман"

№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерге ическая ценность Ккал
Лагерь 197,14 руб							
ЗАВТРАК							
732-733/200	Оладьи со сгущенкой						*
387/2015	Напиток из варенья (повидла)	26,79	150/20	14,83	10,72	77,41	465,00
338/2015	Груша (порция)	7,52	200	0,12		26,56	107,00
	ОБЕД	45,68	105	0,38	0,15	12,74	54,00
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурец)						
		17,04	90	0,70	0,20	1,90	12,00
№102/2015	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12,38	200	4,22	4,39	13,23	119,00
2015-229	Минтай, тушеный в томате с овощами	56,03	90	7,31	3,71	2,85	79,00
312/2015	Картофельное пюре	21,71	100	2,04	3,20	13,63	92,00
376	Чай с сахаром и лимоном	3,75	200/15/1	0,20	0,05	15,04	62,00
769/2004	Булочка завитушка	4,88	50	4,30	2,60	27,20	149,00
ПР	Хлеб	1,36	23	1,50	0,23	10,58	50,00
Итого:		*	*	35,60	25,26	201,14	1 189,00

Директор
ООО "Лиман"

Ст. бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп- туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Энерге- тически ценност ь, Ккал
Лагерь 197,14 руб							
	ЗАВТРАК						
159/2015	Драники						
338/2015	Апельсин свежий (порция)	44,53	150/5	4,11	11,91	32,72	255,00
736/738	Пирожок с повидлом	38,43	100	1,00	0,22	9,02	42,00
349/2015	Компот из смеси сухофруктов	10,55	75	5,60	2,41	45,79	227,00
	ОБЕД	6,02	200	0,70	0,02	27,00	111,00
71/2015	Овощи натуральные свежие (Томат)						
138/2004	Суп картофельный с крупой (рис)	13,1	40	0,45	0,04	1,40	8,00
ТТК №4	Филе цыпленка запеченное в тесте	22,46	250	2,17	2,64	16,89	100,00
203/2015	Макаронные изделия отварные с маслом	37,98	45	14,40	19,52	12,89	285,00
699	Напиток из апельсинов	11,33	100/5	3,82	4,05	21,32	137,00
ПР	Хлеб	10,62	200	0,20	0,04	25,73	104,00
	Итого:	2,12	36	2,34	0,36	16,56	79,00
		*	*	34,79	41,20	209,33	1 348,00

Директор
ООО "Лиман"

Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"



№ Рецеп туры	Наименование	Цена, руб.	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерге ическая ценность Ккал
Лагерь 197,14 руб							
	ЗАВТРАК						
3/2015	Бутерброд с сыром	23,13	15/20	1,30	0,20	9,20	44,0
289/2015	Рагу из птицы	47,21	35/100	8,91	8,37	11,29	156,0
338/2015	Фрукт Яблоко свежее	28,5	100	0,40	0,40	9,80	44,0
376	Чай с сахаром и лимоном	3,75	200/15/1	0,20	0,05	15,04	62,0
	ОБЕД						
24/2015	Салат из свежих помидоров и огурцов	13,62	50	0,48	3,04	1,82	35,0
82/2015	Борщ с капустой и картофелем	18,39	250	1,80	4,92	10,93	103,0
191/2022	Оладьи из печени	38,81	55	9,34	11,28	3,82	154,0
302/2015	Каша рассыпчатая гречневая	9,86	100	3,05	3,34	13,68	97,0
375/2015	Чай с сахаром	2,37	200/15	0,07	0,02	15,00	60,0
736,738	Пирожок с повидлом	10,55	75	5,60	2,41	45,79	227,0
ПР	Хлеб	0,95	16	1,04	0,16	7,36	35,0
Итого:		*	*	32,20	34,19	143,74	1 017,0

Директор
ООО "Лиман"

Ст.бухгалтер ООО
"Лиман"

Зав. производством
ООО "Лиман"

