



## Меню 24 марта 2025 г.

Пищевые в-ва				Ккал.	Наименование блюд	Выход г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
<u>Лагерь</u>							
<b>Завтрак</b>							
6	7,1	45,4	269,7	Купаты с соусом	100	69-21	
9,2	7,1	49,6	286,6	Каша гречневая рассыпчатая	180	21-68	
0,2	1,5	0,5	16,3	Огурец свежий "Пикантный"	30	16-97	
0,4		16,7	65,4	Чай фруктовый с черноплодной рябиной	200	10-37	
3,2	1,3	22,1	107	Хлеб витаминизированный	40	3-50	
<b>ИТОГО</b>						<b>121-73</b>	
<b>Обед</b>							
7,5	6,8	23	177,7	Суп картофельный с бобовыми и курой	250/10	21-97	
24	17,9	60	524,6	Паста Карбонара из филе куриного	300/5	98-77	
0,1	1	0,6	11,7	Помидор свежий "Пикантный"	20	8-25	
0,5		32	122,5	Компот из клубники	200	15-19	
0,9	0,3	4,8	22,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-94	
3,5	1,4	24,3	117,7	Хлеб витаминизированный	44	3-74	
<b>ИТОГО</b>						<b>149-86</b>	
<b>Итого за Лагерь</b>						<b>271-59</b>	

Экономист \_\_\_\_\_ Семерикова Ирина Валерьевна  
 Зав. производством \_\_\_\_\_ Лазова Ольга Владимировна



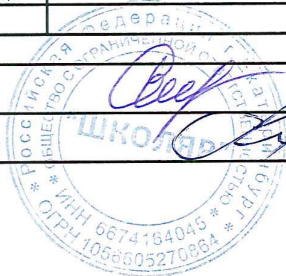


## Меню 25 марта 2025 г.

Пищевые в-ва				Ккал.	Наименование блюд	Выход г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
<u>Лагерь</u>							
<b>Завтрак</b>							
18	24,8	3,2	307,5	Омлет натуральный	180	77-70	
0,2		15,1	57,2	Чай с сахаром	200	4-27	
0,6		15,8	64,4	Яблоко свежее	140	32-76	
2,4	1	16,6	80,2	Хлеб витаминизированный	30	2-55	
<b>ИТОГО</b>							117-28
<b>Обед</b>							
3,5	8,5	12,9	139,3	Суп из овощей со шпинатом, сметаной и курой	50/10/10	32-12	
13,6	35,3	3,7	386,3	Гуляш из свинины	110	81-39	
4,4	6,7	48,7	260,7	Рис припущенный	180	15-40	
0,1	0,9	0,3	9,8	Огурец свежий "Пикантный"	18	10-18	
		18,6	74	Напиток "Витошка"	200	10-56	
0,9	0,3	4,8	22,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-94	
2,5	1	17,7	85,6	Хлеб витаминизированный	32	2-72	
<b>ИТОГО</b>							154-31
<b>Итого за Лагерь</b>							271-59

Экономист \_\_\_\_\_ Семерикова Ирина Валерьевна

Зав. производством \_\_\_\_\_ Лазова Ольга Владимировна





## Меню 26 марта 2025 г.

Пищевые в-ва				Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
<i>Лагерь</i>							
<b>Завтрак</b>							
9,3	12,9	54	355,9	Каша ячневая молочная с маслом	250/10	49-28	
3	3,3	25,9	140,5	Какао на молоке	200	26-88	
0,8		8,6	38	Мандарины свежие	100	27-72	
2,4	1	16,6	80,2	Хлеб витаминизированный	30	2-55	
<b>ИТОГО</b>						<b>106-43</b>	
<b>Обед</b>							
4,4	4,1	24	144,6	Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	24-21	
6,3	2,1	47,3	233	Кнели "Ленивый голубец" из свинины и куриного филе с соусом	100	79-10	
3,9	7,4	31,7	201,4	Пюре картофельное	180	30-03	
0,1	1,2	0,6	13,4	Помидор свежий "Пикантный"	23	9-47	
		30	112,2	Компот из облепихи	200	16-93	
0,9	0,3	4,8	22,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-94	
3,2	1,3	22,6	109,6	Хлеб витаминизированный	41	3-48	
<b>ИТОГО</b>						<b>165-16</b>	
<b>Итого за Лагерь</b>						<b>271-59</b>	

Экономист \_\_\_\_\_ Семерикова Ирина Валерьевна

Зав. производством \_\_\_\_\_ Лазова Ольга Владимировна





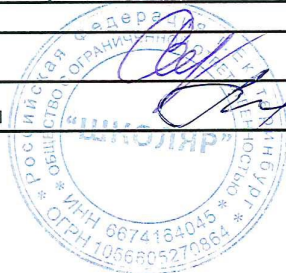


Согласовано:  
 Начальник лагеря МАОУ СОШ №197  
 Будник А.Ю.

## Меню 27 марта 2025 г.

Пищевые в-ва			Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.				
<b>Лагерь</b>						
<b>Завтрак</b>						
9,6	13,7	49	346,2	Каша пшенная молочная с маслом	250/10	50-15
1,7	1,6	17,4	87,2	Чай с молоком	200	12-83
0,6		16,4	66,7	Яблоко свежее	145	33-92
2,4	1	16,6	80,2	Хлеб витаминизированный	30	2-55
<b>ИТОГО</b>						<b>99-45</b>
<b>Обед</b>						
3,9	8,4	14,6	147,2	Борщ со сметаной и курой	50/10/10	32-84
14,3	11,1	3,6	212,4	Филе куриное в соусе карри	110	84-16
9,2	7,1	49,6	286,6	Каша гречневая рассыпчатая	180	21-68
0,1	1	0,3	10,9	Огурец свежий "Пикантный"	20	11-31
0,2		26,8	102	Напиток из вишни	200	17-24
0,9	0,3	4,8	22,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-94
2,8	1,1	19,3	93,6	Хлеб витаминизированный	35	2-97
<b>ИТОГО</b>						<b>172-14</b>
<b>Итого за Лагерь</b>						<b>271-59</b>

Экономист \_\_\_\_\_ Семерикова Ирина Валерьевна  
 Зав. производством \_\_\_\_\_ Лазова Ольга Владимировна



Согласовано:  
 Начальник лагеря МАОУ СОШ №197  
 Будник А.Ю.



## Меню 28 марта 2025 г.

Пищевые в-ва				Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
<u>Лагерь</u>							
<b>Завтрак</b>							
10,8	15,6	50,7	374,2	Каша геркулесовая молочная с маслом	250/10	49-13	
3,1	3,4	27,2	146,6	Кофейный напиток на молоке растворимый	200	25-07	
1		10,3	45,6	Мандарины свежие	120	33-26	
2,4	1	16,6	80,2	Хлеб витаминизированный	30	2-55	
<b>ИТОГО</b>						<b>110-01</b>	
<b>Обед</b>							
4,6	8,5	20,4	171,9	Рассольник "Ленинградский" со сметаной и курой	50/10/10	33-53	
17,7	35,3	69,7	649,5	Плов из свинины	300	94-09	
0,1	1	0,6	11,7	Помидор свежий "Пикантный"	20	8-25	
0,6	0,1	28,3	112,3	Компот из черноплодной рябины	200	20-63	
0,9	0,3	4,8	22,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-94	
2,9	1,2	20,4	99	Хлеб витаминизированный	37	3-14	
<b>ИТОГО</b>						<b>161-58</b>	
<b>Итого за Лагерь</b>						<b>271-59</b>	

Экономист \_\_\_\_\_ Семерикова Ирина Валерьевна

Зав. производством \_\_\_\_\_ Лазова Ольга Владимировна

