

Утверждаю: ИП Кононенко Ю.А. / Ю.А. Кононенко/  
 " " " 2023 год

Согласовываю: *И.А. Кононенко*  
 Начальник оздоровительного лагеря  
 МОБУ СОШ № 17, Родник  
 "29" *марта* 2023 года СОШ № 17  
 «Родник»



**Меню на летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием на 2023 г.**  
 Для детей 12-15 лет.

**1-ый день**

		Б	Ж	У	К	
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная манная с маслом сливоч.	250/5	12,80	14,20	44,90	354,40	№257сб рец 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб. рец 1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
		<b>19,70</b>	<b>19,16</b>	<b>79,42</b>	<b>549,00</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	100	1,30	9,70	6,20	115,20	№55 сб рец 1985
Суп картофельный с крупой (гречка) с мясом	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80	№80сб рец 2004
Биточки мясные	100	10,50	11,8	6,10	171,76	№416 сб рец 1994
Макароны отварные со слив мас	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50	№19 сб. рец 2004
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб. рец. 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
		<b>36,34</b>	<b>38,20</b>	<b>132,08</b>	<b>916,09</b>	
<b>ИТОГО 1-ый день</b>		<b>56,04</b>	<b>57,36</b>	<b>211,50</b>	<b>1465,09</b>	

**2-ой день**

		Б	Ж	У	К	
<b>Завтрак</b>						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	250/5	15,33	9,69	37,26	330,20	№257сб рец 1994
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14сб рец 2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
		<b>18,65</b>	<b>18,74</b>	<b>75,71</b>	<b>564,20</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	100	1,07	4,07	4,40	146,00	№58 сб рец 1985
Борщ со свежей капустой с мясом, со смет	15/250/5	7,67	10,56	21,97	173,72	№128/110/332,2сб рец 2004
Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	346,15	№104сб рец 2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	627/94
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012

<b>ИТОГО 2-ой день</b>					<b>28,73</b>	<b>30,28</b>	<b>114,52</b>	<b>878,86</b>
<b>3-ый день</b>					<b>47,38</b>	<b>49,02</b>	<b>190,23</b>	<b>1443,06</b>
<b>Завтрак</b>					<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Каша молочная пшеничная 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
					<b>19,70</b>	<b>20,41</b>	<b>79,42</b>	<b>561,48</b>
<b>Обед</b>					<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
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
<b>ИТОГО 3-ый день</b>					<b>31,50</b>	<b>28,09</b>	<b>119,20</b>	<b>951,82</b>
					<b>51,20</b>	<b>48,50</b>	<b>198,62</b>	<b>1513,30</b>
<b>4-ий день</b>								
<b>Завтрак</b>					<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Омлет натуральный со сливочным маслом с зеленым горошком	200				19,1	15,00	57,51	465,35
Чай с лимоном и сахаром	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
					<b>22,42</b>	<b>24,05</b>	<b>95,96</b>	<b>699,35</b>
<b>Обед</b>					<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	100				1,30	9,70	6,20	115,20
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	150/5				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
Сок фруктовый	200				0,00	0,20	32,20	92,00
<b>ИТОГО за 4-ий ДЕНЬ</b>					<b>28,59</b>	<b>40,23</b>	<b>114,22</b>	<b>861,80</b>
					<b>51,01</b>	<b>64,28</b>	<b>210,18</b>	<b>1561,15</b>
<b>5-ый день</b>								
<b>Завтрак</b>					<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	250				11,50	14,00	49,50	352,50

№257сб.репс 1994

№628сб.репс1994

№15\1сб.репс 2004

ГОСТ 31805-2012

№10 сб.репс 2010

№83/121сб.репс2004

№96 сб.репс2003

ГОСТ 31805-2012

№508сб.репс.2004

№255сб.репс2004

№629сб.репс 1994

№14сб.репс2004

ГОСТ 31805-2012

№55 сб.репс 1985

№131/110,2сб.репс2004

№79сб.репс 2004

№468сб.репс1994

ГОСТ 31805-2012

№161сб.репс.1994

Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.реп.1994
Сыр порциями.	10		3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб.реп.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
<b>Обед</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Винегрет овощной с растительным маслом.	100		0,83	5,17	35,77	65,05	№60 сб.реп.1994
Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	15/250/5		9,06	7,89	8,35	171,74	№88/273./332,2сб.реп.2004
Рыба тушеная с овощами	100/50		16,50	12,60	14,50	264,80	№309 сб.реп.1994
Рис отварной со сливочным маслом	180/5		4,82	5,68	37,52	224,66	№315 сб.реп.2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.реп.2004
<b>ИТОГО 5-ый день</b>			<b>38,21</b>	<b>32,14</b>	<b>146,26</b>	<b>948,25</b>	
			<b>56,61</b>	<b>51,10</b>	<b>230,28</b>	<b>1495,35</b>	

#### 6-ый день

<b>Завтрак</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Макаронь отварные со слив мас с сыром	180/5/5		10,04	12,36	48,99	290,62	№274 сб.реп.1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб.реп.1994
Масло сливочное	10		0,10	8,25	0,13	74,80	№14сб.реп.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
<b>Обед</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из сырых овощей с растительным маслом	100		1,6	7,6	5,3	94,3	№71/24сб.реп.2004/94
Рассольник "Петербургский" с мясом и сметаной.	15/250/5		9,36	9,04	15,22	176,93	№129 сб.реп.1994
Гречка по-купечески с мясом	230		17,60	16,8	59,20	397,26	№416 сб.реп.1994
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб.реп.1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.реп.2004
<b>ИТОГО 6-ый день</b>			<b>38,06</b>	<b>36,34</b>	<b>131,87</b>	<b>929,32</b>	
			<b>51,42</b>	<b>57,75</b>	<b>219,31</b>	<b>1453,94</b>	

#### 7-ый день

<b>Завтрак</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	250		11,50	14,00	49,50	352,50	№162 сб.реп.1994
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.реп.1994
Сыр порциями.	10		3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб.реп.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
<b>ИТОГО 7-ый день</b>			<b>18,40</b>	<b>18,96</b>	<b>84,02</b>	<b>547,10</b>	





Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14 сб.реп. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
		<b>16,32</b>	<b>24,20</b>	<b>79,55</b>	<b>599,88</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	100	1,60	7,60	5,30	94,30	№29 сб.реп. 1994
Суп картофельный с горбушей.	20/250	7,92	8,75	14,53	131,80	№136 сб.реп. 1994
Котлета мясная	100	10,50	11,8	6,10	171,76	№416 сб.реп. 1994
Макароны отварные со сливочным маслом	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50	№19 сб.реп. 2004
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83	№528 сб.реп. 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508 сб.реп. 2004
		<b>36,64</b>	<b>36,1</b>	<b>131,18</b>	<b>895,19</b>	
<b>ИТОГО 12-ый день</b>		<b>52,96</b>	<b>60,30</b>	<b>210,73</b>	<b>1495,07</b>	

### 13-ый день

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Макароны отварные со слив мас с сыром	180/5/5	10,04	12,36	48,99	290,62	№274 сб.реп. 1994
Сыр порциями.	10	3,48	4,46	0,00	36,40	№15 1 сб.реп. 2004
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629 сб.реп. 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
		<b>16,74</b>	<b>17,62</b>	<b>87,31</b>	<b>486,22</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из свежих помидор с растительным маслом	100	1,07	4,07	4,40	146,00	№58 сб.реп. 1985
Борщ из свежей капусты с мясом и сметаной.	15/250/5	7,67	10,55	21,97	173,72	№128/110/332 сб.реп. 2004
Тефтели мясные в соусе.	100/50	11,85	12,25	12,43	203,88	№79 сб.реп. 2004
Гороховое пюре со сливочн маслом	180/5	4,02	7,68	31,52	178,20	№468 сб.реп. 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00	
		<b>30,01</b>	<b>35,15</b>	<b>122,04</b>	<b>890,60</b>	
<b>ИТОГО 13-ый день</b>		<b>46,75</b>	<b>52,77</b>	<b>209,35</b>	<b>1376,82</b>	

### 14-ый день

<b>Завтрак</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Каша молочная манная с маслом сливоч.	250/5	12,80	14,20	44,90	354,40	№257 сб.реп. 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628 сб.реп. 1994
Масло сливочное	10	0,10	8,25	0,13	74,80	№14 сб.реп. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
		<b>16,32</b>	<b>22,95</b>	<b>79,55</b>	<b>587,40</b>	
<b>Обед</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	

Салат из свежих огурцов, лука и растительным маслом	100		1,30	9,70	6,20	115,20	№55 сб. рец. 1985
Суп картофельный с крупой ( гречка) с мясом	15/250		7,92	8,75	14,53	131,80	№43 сб. рец. 2004
Азу "По-Татарски"	230		12,20	13,70	34,48	450,32	№402 сб. рец. 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508 сб. рец. 2004
<b>ИТОГО 14-ый день</b>			<b>28,42</b>	<b>32,95</b>	<b>105,33</b>	<b>919,32</b>	
			<b>44,74</b>	<b>55,90</b>	<b>184,88</b>	<b>1506,72</b>	

**15-ый день**

Суп молочный с крупой (пшено) с маслом сливочным	250		11,50	14,00	49,50	352,50	№ 162 сб. рец. 1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629 сб. рец. 1994
Сыр порциями.	10		3,48	4,46	0,00	36,40	№15 сб. рец. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
			<b>18,20</b>	<b>19,26</b>	<b>87,82</b>	<b>548,10</b>	
<b>Обед</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
Салат из сырых овощей с растительным маслом	100		1,6	7,6	5,3	94,3	№71/24 сб. рец. 2004/94
Суп картофельный с гороховый и колбасой.	20/250		8,20	6,80	13,00	178,48	№66/15 сб. рец. 2004
Котлета рыбная любительская	100		10,25	9,94	11,53	234,08	№325 сб. рец. 1994
Макаронны отварные со сливочным маслом	180/5		7,12	5,05	53,1	236,50	№19 сб. рец. 2004
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	№528 сб. рец. 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	20/20		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2012
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
Фрукт (Яблоко)	100		0,52	0,52	12,74	61,10	
			<b>36,95</b>	<b>32,41</b>	<b>146,24</b>	<b>1056,28</b>	
			<b>55,15</b>	<b>51,67</b>	<b>234,06</b>	<b>1604,38</b>	
<b>ИТОГО 15-ый день</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>К</b>	
			<b>758,04</b>	<b>802,57</b>	<b>3056,69</b>	<b>22032,59</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ПЯТНАДЦАТЬ ДНЕЙ</b>			<b>50,54</b>	<b>53,50</b>	<b>203,78</b>	<b>1468,84</b>	

**ВСЕГО ЗА ОДИН ДЕНЬ**

ИП Кононенко Ю.А. *Ю.А. Кононенко*  
Технолог: *О.Н. Фенькив* О.Н. Фенькив.  
Бухгалтер *Г.Н. Бондарева* Г.Н. Бондарева