

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЛИЦЕЙ № 1» П.ДОБРИНКА
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

« 22 » мая 2025 г.

ПРИКАЗ

№ 221

п. Добринка

Об утверждении меню в лагере труда и отдыха «Юность»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить меню в лагере труда и отдыха «Юность» (приложение).
2. Контроль за исполнением приказа возложить на начальника лагеря
Прозорова Л.В.

Директор



Т.М.Селиванова

С приказом ознакомлена:
Прозорова Л.В.

Меню для питания школьников в летнем лагере 2025 г.

Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценн., ккал	Сумма, руб.
1	2	3	4	5	6	7
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Запеканка творожная со сгущенным молоком	50/10	10,29	7,0	11,05	148,00	31-75
Чай с сахаром и лимоном	180/14/6	0,53	0,0	9,87	41,60	3-24
					463,50	34-99
ОБЕД						
Помидор свежий	30	1,1	0,2	3,8	22,00	9,50
Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,41	3,96	6,32	71,80	10-92
Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	8,85	9,55	39,86	280,0	10-50
Котлета из филе кур с соусом	60/30	15,63	18,46	18,76	303,75	57,77
Банан	100	0,1	0,0	15,2	59,00	46,56
Компот из сухофруктов	200	3,95	0,5	24,05	110,50	7,50
Хлеб ржано- пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
					1300,68	145-01
ИТОГО					1764,18	180-00
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Омлет натуральный	75	2,11	0,6	39,4	275,00	22-30
Какао на молоке	200	2,5	1,50	29,75	219,00	17-80
Хлеб пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	3-67
					893,63	43-77
ОБЕД						
Свежий огурец	30	4,1	1,675	25,15	140,00	7-10

Борщ со сметаной	200/5	2,364	6,384	11,196	112,80	10-30
Котлета мясная с соусом	65/50	4,384	3,984	27,904	169,20	66,47
Рис отварной со слив. маслом	120/5	15,7	13,02	15,78	246,00	12-60
Компот из сухофруктов	200	3,95	0,5	24,05	110,50	7-50
Пирожок с повидлом	100	6,8	3,0	27,2	164,00	30-00
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
					1081,13	136,23
ИТОГО					1974,76	180-00
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	150/5	20,967	21,25	22,667	365,783	36,50
Чай с сахаром и лимоном	200	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
					677,913	39,74
ОБЕД						
Сельдь с/с с луком	30	1,55	0,09	14,41	61,05	13,24
Суп картофельный с крупой и мясными фрикадельками	200/15	5,48	4,47	19,74	146,00	15,54
Отбивная из филе куриного в соусе	65/30	12,048	8,176	13,584	177,60	63,11
Картофельное пюре с маслом сливочным	120/5	2,5	3,1	27,8	143,00	12-86
Мандарин	120	4,1	1,2	38,2	166,00	25-75
Компот из сухофруктов	200	0,1	-	15,2	59,00	7,50
Хлеб ржано-	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26

пшеничный						
					891-28	140,26
ИТОГО					1569,193	180-00
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Пицца	150	1,233	10,12	7,467	126,67	32,01
Чай с сахаром и лимоном	200	4,384	3,984	27,904	169,20	5-30
					631-55	37,31
ОБЕД						
Салат из квашеной капусты	50	2,767	10,88	21,033	190,00	6-60
Рассольник со сметаной	200/5	8,9	5,7	28,4	193,00	10-59
Плов из говядины	120/40	16,3	9,3	5,7	173,00	89-00
Компот из сухофруктов	200	6,1	22,1	19,9	119,00	7-50
Яблоко	150	0,1	-	15,2	59,00	24-74
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
					872,63	142,69
ИТОГО					1504,18	180-00
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Чай с сахаром и лимоном	200	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
Колбаса отварная	90	4,32	6,493	29,347	185,83	28-40
Хлеб пшеничный	25	2,29	0,15	32	138,63	3-67
					695,96	20,31
ОБЕД						
Помидор свежий	30	1,4	8,417	8,45	115,00	9-08
Суп картофельный с рыбой	200/20	6,1	6,4	21,3	149,00	15-50
Филе кур тушенное с картофелем	120/50	25,32	9,573	41,067	356,00	69-32
Йогурт	150	1,3	0	23,73	96,00	23,83
Пряник творожный	100	0,1	-	15,2	69,00	24-70
Хлеб ржано-	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26

пшеничный						
					1066,63	159,69
ИТОГО					1762,59	180-00

6 ДЕНЬ

ЗАВТРАК						
Котлета куриная	30	11,28	13,27	28,43	279,67	17-71
Хлеб пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	3-67
Чай с сахаром и лимоном	200\5	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
					528,80	24,61
Обед						
Свежий огурец	30	2,767	10,88	21,033	190,00	9-60
Борщ со сметаной	200\5	2,364	6,384	11,196	112,80	10-30
Рис отварной	120\5	8,595	6,09	38,64	243,75	11,93
Гуляш из говядины	40\40	15,1	9,8	2,7	162,8	77,87
Компот из сухофруктов	200	0,1	-	15,2	59,00	7,50
Киви	150	0,1	0,0	15,2	59,0	35,93
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
					827,35	155,39
					1356,15	180-00

7 ДЕНЬ

ЗАВТРАК						
Бутерброд с маслом и джемом	30\5\7	4,47	8,23	32	220,9	21-54
Чай с сахаром и лимоном	200\5	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
Шоколадный батончик	75	0,1	-	15,2	69-00	24-70
						49-48
ОБЕД						
Винегрет овощной	75	1,55	0,09	14,41	61,05	13,24
Суп картофельный с крупой (рис)	200	2,15	2,27	13,96	94,6	9,58
Пельмени	150\5	7,49	9,19	8,24	147	90,89
Сок	200	6,1	22,1	19,9	119,00	25-95
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
						130,52
						180-00

8 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Пицца	150	20,967	21,25	22,667	365,783	32,01
Чай с сахаром и лимоном	180/14/6	0,53	0,0	9,87	41,60	3-24
					463,50	35,25
ОБЕД						
Салат из огурцов	55	1,55	0,09	14,41	61,05	13,24
Суп картофельный с бобовыми	200	1,41	3,96	6,32	71,80	10-92
Каша гречневая	150	8,85	9,55	39,86	280,0	8-50
Гуляш из филе куриного	75/30	15,63	18,46	18,76	303,75	76,40
Яблоко	140	0,1	0,0	15,2	59,00	25-93
Компот из сухофруктов	200	3,95	0,5	24,05	110,50	7,50
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
					1024,73	144,75
ИТОГО					1488,23	180-00
9 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Яйцо вареное	50	2,11	0,6	39,4	275,00	18-30
Какао на молоке	200	2,5	1,50	29,75	219,00	17-80
Хлеб пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	3-67
					893,63	38,77
ОБЕД						
Сельдь с/с с луком	30	4,1	1,675	25,15	140,00	3,24
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,364	6,384	11,196	112,80	9-30
Котлета рубленая мясная	65	4,384	3,984	27,904	169,20	66-33
Картофельное пюре со слив. маслом	120/5	15,7	13,02	15,78	246,00	12-60
Кисель	200	3,95	0,5	24,05	110,50	11-50
Мандарин	120	6,8	3,0	27,2	164,00	26-00
Хлеб ржано-	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26

пшеничный						
					1081,13	141,23
ИТОГО					1974,76	180-00
10 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
Бутерброд с отварной колбасой	35\80	4,45	5,02	17,3	61,05	36,50
Чай с сахаром и лимоном	200	3,95	0,5	24,05	110,50	3-24
					171,55	39,74
ОБЕД						
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	1,55	0,09	14,41	61,05	13,24
Борщ со сметаной	200/5	5,48	4,47	19,74	146,00	10,54
Тефтели мясные в соусе	60\30	12,048	8,176	13,584	177,60	63,86
Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	2,5	3,1	27,8	143,00	12-86
Булочка аппетитная	100	4,1	1,2	38,2	166,00	30-00
Компот из сухофруктов	200	0,1	-	15,2	59,00	7,50
Хлеб ржано- пшеничный	50	2,29	0,15	32	138,63	2-26
					891-28	140,26
ИТОГО					1062,83	180-00