

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «КШП Виктория»

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБУ ДО ЦДОД «Лидер»  
г.о. Самары



Шерстнева В.П.



Родина М.В.

Примерное 10-дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием при муниципальных бюджетных  
общеробразовательных учреждениях городского округа Самара  
в период проведения летней оздоровительной компании

2024 г.

ООО "КШП Виктория"

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Директор



/Шерстнева В.П./

Начальник лагеря



/Сергеева Д.А./

**МЕНЮ**

на 10.06.2024 (понедельник)  
Пришкольный лагерь 7-12л

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с ветчиной	25/50		170	9,05	5,44	21,11	ТКК
Каша кукурузная молочная с маслом	200/10		221	5,06	10,05	27,67	173
Чай с сахаром	200		61	0,12	0,03	14,99	376
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>535</b>	<b>74,2</b>	<b>554</b>	<b>17,57</b>	<b>16,00</b>	<b>84,88</b>	
<b>Обед</b>							
Икра свекольная	60		64	1,00	4,02	5,90	75
Суп картофельный с фасолью с курами	10/200		99	3,64	6,04	7,47	102
Куры в соусе	50/50		197	12,79	14,79	3,18	290
Макаронные изделия отварные	150		183	9,01	3,69	32,39	309
Компот из сухофруктов	200		94	0,78	0,05	22,62	588
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>150,5</b>	<b>739</b>	<b>26,56</b>	<b>29,07</b>	<b>92,67</b>	
<b>Итого за 10.06.2024</b>		<b>224,7</b>	<b>1 293</b>	<b>44,13</b>	<b>45,07</b>	<b>177,55</b>	

Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Скобаро Е. А./

Повар-бригадир \_\_\_\_\_ /Елисеева Е. В./

ООО "КШП Виктория"

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

МБУ ДО ЦДОД "Лидер" г.о.Самара

Директор



/Шерстнева В.П./

Начальник лагеря



/Сергеева Д.А./

**МЕНЮ**

на 11.06.2024 (вторник)  
Пришкольный лагерь 7-12л

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	10/50		160	3,38	6,86	21,18	ТКК
Плов с мясом	190		374	11,26	22,50	31,59	403/94
Какао с молоком	200		88	1,01	0,83	19,20	382
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>85,3</b>	<b>724</b>	<b>18,99</b>	<b>30,67</b>	<b>93,08</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из свежих помидоров	60		42	0,63	3,27	2,52	23
Щи из свежей капусты с мясом	10/200		102	4,45	5,76	8,11	67
Биточки из говядины с соусом	55/40		163	8,61	9,94	9,73	795
Каша гречневая	150		164	5,72	4,58	24,98	171
Напиток из шиповника	200		84	0,48	0,18	20,22	388
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Обед</b>	<b>765</b>	<b>139,4</b>	<b>657</b>	<b>23,23</b>	<b>24,21</b>	<b>86,67</b>	
<b>Итого за 11.06.2024</b>		<b>224,7</b>	<b>1 381</b>	<b>42,22</b>	<b>54,88</b>	<b>179,75</b>	

Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Скобаро Е. А./

Повар-бригадир \_\_\_\_\_ /Елисеева Е. В./

ООО "КШП Виктория"

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Директор



/Шерстнева В.П./

МБУ ДО ЦДОД "Лидер" г.о.Самара

Начальник лагеря



/Сергеева Д.А./

**МЕНЮ**

на 13.06.2024 (четверг)

Пришкольный лагерь 7-12л

Диета:

Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная геркулесовая с маслом	200/10		210	5,67	10,56	22,95	182
Яйцо вареное	43		61	5,13	4,36	0,27	209
Чай с сахаром	200		61	0,12	0,03	14,99	376
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>503</b>	<b>74,4</b>	<b>434</b>	<b>14,26</b>	<b>15,43</b>	<b>59,32</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из редиса	60		40	0,66	3,22	2,05	30
Борщ с курицей и со сметаной	10/200/5		128	4,15	6,54	13,19	57
Котлеты рубленые из курицы	60/40		202	11,95	13,16	8,84	305
Рис отварной	150		133	2,84	3,47	22,70	304
Напиток из шиповника	200		84	0,48	0,18	20,22	388
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Обед</b>	<b>775</b>	<b>150,3</b>	<b>689</b>	<b>23,42</b>	<b>27,05</b>	<b>88,11</b>	
<b>Итого за 13.06.2024</b>		<b>224,7</b>	<b>1 123</b>	<b>37,68</b>	<b>42,48</b>	<b>147,43</b>	

Бухгалтер-калькулятор

/Скобаро Е. А./

Повар-бригадир

/Елисеева Е. В./

ООО "КШП Виктория"

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

МБУ ДО ЦДОД "Лидер" г.о.Самара

Директор

/Шерстнева В.П./

Начальник лагеря

/Сергеева Д.А./



### МЕНЮ

на 14.06.2024 (пятница)

Пришкольный лагерь 7-12л

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Каша гречневая с мясом	30/150		323	16,56	12,65	35,85	255
Кофейный напиток с молоком	200		79	0,83	0,68	17,41	379
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
Яблоко свежее	100		40	0,38	0,35	8,92	ТБЛ
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>90</b>	<b>544</b>	<b>21,11</b>	<b>14,16</b>	<b>83,29</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из свежих помидоров и огурцов	60		64	0,52	6,08	1,84	15
Суп с вермишелью с курами	10/200		111	4,45	4,36	13,49	112
Гуляш из кур с соусом	50/50		250	12,83	20,50	3,62	277
Картофельное пюре	150		137	2,44	5,64	19,06	312
Компот из сухофруктов	200		94	0,78	0,05	22,62	588
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>134,7</b>	<b>758</b>	<b>24,36</b>	<b>37,11</b>	<b>81,74</b>	
<b>Итого за 14.06.2024</b>		<b>224,7</b>	<b>1 302</b>	<b>45,47</b>	<b>51,27</b>	<b>165,03</b>	

Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Скобаро Е. А./

Повар-бригадир \_\_\_\_\_ /Елисеева Е. В./

ООО "КШП Виктория"

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

МБУ ДО ЦДОД "Лидер" г.о.Самара

Директор



Щерстнева В.П./

Начальник лагеря



/Сергеева Д.А./

**МЕНЮ**

на 17.06.2024 (понедельник)

Пришкольный лагерь 7-12л

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	10/50		134	5,52	3,08	21,11	ТКК
Каша молочная ячневая с маслом	200/10		201	5,12	9,49	23,77	182
Чай с сахаром	200		61	0,12	0,03	14,99	376
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
Яблоко свежее	100		40	0,38	0,35	8,92	ТБЛ
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>620</b>	<b>83,6</b>	<b>538</b>	<b>14,48</b>	<b>13,43</b>	<b>89,90</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из свежих помидоров	60		42	0,63	3,27	2,52	23
Суп гороховый с мясом	10/200		173	6,37	9,20	16,24	81
Куры в соусе	50/50		197	12,79	14,79	3,18	290
Макаронные изделия отварные	150		183	5,01	3,69	32,39	309
Компот из кураги	200		86	0,73	0,04	20,58	348
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>141,1</b>	<b>783</b>	<b>28,87</b>	<b>31,47</b>	<b>96,02</b>	
<b>Итого за 17.06.2024</b>		<b>224,7</b>	<b>1 321</b>	<b>43,35</b>	<b>44,90</b>	<b>185,92</b>	

Бухгалтер-калькулятор

/Скобаро Е. А./

Повар-бригадир

/Елисеева Е. В./

ООО "КШП Виктория"

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

МБУ ДО ЦДОД "Лидер" г.о.Самара

Директор



/Шерстнева В.П./

Начальник лагеря



/Сергеева Д.А./

**МЕНЮ**

на 18.06.2024 (вторник)  
Пришкольный лагерь 7-12л

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	10/50		160	3,38	6,86	21,18	ТКК
Плов из кур	50/150		366	16,34	19,54	31,31	291
Какао с молоком	200		88	1,01	0,83	19,20	382
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>95,5</b>	<b>716</b>	<b>24,07</b>	<b>27,71</b>	<b>92,80</b>	
<b>Обед</b>							
Огурец консерв.	60		6	0,45	0,05	0,87	стр 579
Свекольник с курицей	10/200		98	3,79	4,96	9,61	136
Рыба, тушенная с овощами	45/45		245	8,38	21,85	3,74	247
Картофельное пюре	150		137	2,44	5,64	19,06	312
Компот из фруктов	200		106	0,63	0,20	25,31	342
Хлеб пшеничный	50		102	3,34	0,48	21,11	003
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>129,2</b>	<b>694</b>	<b>19,03</b>	<b>33,18</b>	<b>79,70</b>	
<b>Итого за 18.06.2024</b>		<b>224,7</b>	<b>1 410</b>	<b>43,10</b>	<b>60,89</b>	<b>172,50</b>	

Бухгалтер-калькулятор

/Скобаро Е. А./

Повар-бригадир

/Елисеева Е. В./