

утверждаю  
ИП Чернышёва О.В.  
от 14.06 2022 г.

Согласовано  
Руководитель оздоровительного  
учреждения  
от 14.06 2022 г.

Меню 1-й вариант (1-й лист)  
летнего оздоровительного лагеря для детей 11-15 лет  
по столовой МАОУ СОШ № 14 на 14-18 июня

Наименование блюд	Выход, Г	Наименование блюд	Выход, Г
<b>Вторник 14 июня</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Вареники с картофелем отварные с маслом	200/10	Рассольник Ленинградский с фрикадельками со сметаной	250/10
Икра кабачковая	60	Тефтели мясные с соусом	100
Чай с сахаром	200	Овощное рагу с мясом	180
Бутерброд с сыром	30/15	Горошек консервированный	60
	150	Сок фруктовый на разлив	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>665</b>	<b>Итого:</b>	<b>850</b>
<b>Четверг 16 июня</b>			
Запеканка творожная со сгущённым молоком	180/10	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельками со сметаной	250/10
Какао с молоком	200	Котлета рыбная	100
Батон нарезной	40	Картофель запеченный с маслом	180/5
Фрукты консервированные	150	Овощи б/з	60
		Кисель из свежемороженой ягоды	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>Итого:</b>	<b>855</b>
<b>Пятница 17 июня</b>			
Каша дружба молочная, жидкая с маслом	270	Суп картофельный со щавелем фрикадельками, сметаной	250/10
Кофейный напиток на молоке	200	Гуляш из отварной говядины	100
Бутерброд с сыром	40/20	Гречка отварная с маслом	180
Напиток кисломолочный 2,5%	150	Мексиканская смесь	60
		Сок фруктовый на разлив	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>Итого:</b>	<b>850</b>
<b>Суббота 18 июня</b>			
Тефтели рыбные с соусом	100	Суп картофельный с горохом, фрикадельками, гренками	250/10
Картофель отварной с маслом	180/5	Плов из говядины	230
Огурец солёный	60	Морская капуста, тушеная с овощами	60
Чай с сахаром, шиповником	200	Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20
Фрукты консервированные	150	Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>Итого:</b>	<b>800</b>

утверждаю  
 ИП Чернышнёва О.В.  
 от 14.06 2021 г.

Согласовано  
 Руководитель оздоровительного  
 учреждения  
 от 14.06 2021 г.

Меню 2-й вариант (1-й лист)  
 летнего оздоровительного лагеря для детей 11-15 лет  
 по столовой МАОУ СОШ № 14 на 14-18 июня

Наименование блюд	Выход, Г	Наименование блюд	Выход, Г
<b>Вторник 14 июня</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Каша манная молочная, жидкая с маслом	230/5	Рассольник Ленинградский с фрикадельками со сметаной	250/10
Какао с молоком	200	Шницель мясной	100
Бутерброд с сыром	40/20	Вермишель отварная с маслом	180/10
	150	Овощи тушеные	60
		Сок фруктовый на разлив	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>645</b>	<b>Итого:</b>	<b>860</b>
<b>Четверг 16 июня</b>			
Колбасные изделия отварные	100	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельками со сметаной	250/10
Рис отварной рассыпчатый	180/10	Котлета мясная	100
Горошек консервированный	60	Гороховое пюре с маслом	180/5
Чай с сахаром	200	Овощи б/з тушеные	60
Хлеб пшеничный	35	Кисель из свежемороженой ягоды	200
Фрукт консервированный	150	Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>Итого:</b>	<b>855</b>
<b>Пятница 17 июня</b>			
Макаронные изделия с сыром	200/5	Суп картофельный с фрикадельками, сметаной	250/10
Кукуруза консервированная	60	Пельмени мясные, отварные с маслом	220/10
Чай с сахаром	200	Икра кабачковая	60
Бутерброд с сыром	40/20	Сок фруктовый на разлив	200
Напиток кисломолочный 2,5%	150	Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>Итого:</b>	<b>800</b>
<b>Суббота 18 июня</b>			
Сырники из творога с фруктовым соусом	150/20	Суп картофельный с горохом, фрикадельками, гренками	250/10
Кофейный напиток на молоке	200	Свинина тушеная с овощами в соусе сметанном	100
Батон нарезной	30	Картофель запеченный	180/10
Фрукт консервированный	150	Овощи б/з	60
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный	50
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>Итого:</b>	<b>860</b>



Утверждаю  
ИП Чернышёва О.В.  
от 14.06 2022 г.

Согласовано  
Руководитель оздоровительного  
учреждения  
от 14.06 2022 г.

Меню 1-й вариант (1-й лист)  
летнего оздоровительного лагеря для детей 6-10 лет  
по столовой МАОУ СОШ № 14 на 14-18 июня

Наименование блюд	Выход, Г	Наименование блюд	Выход, Г
<b>Вторник 14 июня</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Вареники с картофелем отварные с маслом	160/10	Рассольник Ленинградский с фрикадельками со сметаной	250/10/5
Икра кабачковая	60	Тефтели мясные с соусом	90
Чай с сахаром	200	Овощное рагу	150
Бутерброд с сыром	30/15	Горошек консервированный	60
	150	Сок фруктовый на разлив	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>Итого:</b>	<b>815</b>
<b>Четверг 16 июня</b>			
Запеканка творожная со сгущённым молоком	150/10	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельками со сметаной	250/10
Какао с молоком	200	Котлета рыбная	90
Батон нарезной	40	Картофель запеченный с маслом	150/5
Фрукты консервированные	150	Гарнир «Ассорти»	60
		Кисель из свежемороженой ягоды	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>Итого:</b>	<b>755</b>
<b>Пятница 17 июня</b>			
Каша дружба молочная, жидкая с маслом	250/5	Суп картофельный со щавелем фрикадельками, сметаной	250/10
Кофейный напиток на молоке	200	Гуляш из отварной говядины	90
Бутерброд с сыром	30/15	Макаронные изделия отварные	150
Напиток кисломолочный 2,5%	150	Мексиканская смесь	60
		Сок фруктовый на разлив	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>Итого:</b>	<b>810</b>
<b>Суббота 18 июня</b>			
Тефтели рыбные с соусом	90	Суп картофельный с горохом, фрикадельками, гренками	250/10
Картофель отварной с маслом	150/5	Плов из говядины	200
Огурец соленый	60	Морская капуста, тушенная с овощами	60
Чай с сахаром, шиповником	200	Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20
Фрукты консервированные	150	Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>685</b>	<b>Итого:</b>	<b>770</b>

утверждаю  
ИП Чернышёва О.В.  
от 14.06.2021 г.

Согласовано  
Руководитель оздоровительного  
учреждения  
от 14.06.2021 г.

Меню 2-й вариант (1-й лист)  
летнего оздоровительного лагеря для детей 6-10 лет  
по столовой МАОУ СОШ № 14 на 14-17 июня

Наименование блюд	Выход, Г	Наименование блюд	Выход, Г
<b>Вторник 14 июня</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Каша манная молочная, жидкая с маслом	200/5	Рассольник с фрикадельками, со сметаной	250/10
Какао с молоком	200	Шницель мясной	90
Бутерброд с сыром	30/15	Вермишель отварная с маслом	150/10
	150	Овощи тушеные	60
		Сок фруктовый на разлив	200
		Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>Итого:</b>	<b>820</b>
<b>Четверг 16 июня</b>			
Колбасные изделия отварные	90	Борщ с капустой и картофелем, фрикадельками со сметаной	250/10
Рис отварной рассыпчатый	150/5	Котлета мясная	90
Горошек консервированный	60	Гороховое пюре с маслом	150/5
Чай с сахаром	200	Огурец соленый	60
Хлеб пшеничный	35	Кисель из свежемороженой ягоды	200
Фрукт консервированный	150	Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>Итого:</b>	<b>815</b>
<b>Пятница 17 июня</b>			
Макаронные изделия с сыром	200/5	Суп картофельный с фрикадельками, сметаной	250/10
Кукуруза консервированная	60	Пельмени мясные, отварные с маслом	180/5
Чай с сахаром	200	Икра кабачковая	60
Бутерброд с сыром	30/15	Сок фруктовый на разлив	200
Напиток кисломолочный 2,5%	150	Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный	30
<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>Итого:</b>	<b>755</b>
<b>Суббота 18 июня</b>			
Сырники из творога с фруктовым соусом	150/20	Суп картофельный с горохом, фрикадельками, гренками	250/10
Кофейный напиток на молоке	200	Свинина тушеная тушенная в соусе сметанном	90
Батон нарезной	30	Картофель запеченный	150/10
Фрукт консервированный	150	Овощи б/з	60
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный	50
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>Итого:</b>	<b>820</b>