

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**

Категория питающихся: Лагерь ЦДП до 11 лет

Сезон

Осень-зима

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя			
Понедельник			
Завтрак			
КП22070	Каша гречневая молочная	150	2/3/5/55
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед			
КП25036	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1/4/21/185
КП25040	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215
КП25002	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Вторник			
Завтрак			
КП25049	Каша "Дружба" молочная	150	7/10/24/214
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	4/1/23/116
КП24185	Молоко с витаминами	1 шт	7/4/10/100
Обед			
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	200	1/3/9/171
КП25046	Картофельное пюре	150	4/7/20/199
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90	8/7/8/130
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Среда			
Завтрак			
КП25084	Каша пшённая молочная жидкая	150	6/7/26/187
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	4/1/23/116
Пок0004	Сок 0,2	200	1/0/12/31
Обед			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	8/5/15/200
КП25022	Гречка по-купечески	160	9/8/14/188



КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
Четверг			
Завтрак			
КП25041	Каша манная молочная	200	9/10/23/249
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25023	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	50	4/1/19/118
Обед			
КП25038	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151
КП25114	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150	7/10/23/258
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92
ПОК0287	Фруктовое пюре "Черноголовка" 85гр.в ассортименте	1шт.	0/0/9/150
Пятница			
Завтрак			
КП25073	Макаронные изделия с тёртым сыром	160	12/10/24/299
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50	4/1/23/116
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед			
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	60	2/4/30/114
КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	2/4/12/165
КП25200	Плов из рисовой крупы и куриным фаршем	150	7/8/19/216
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	45	4/1/17/106
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3/6/14/92

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



МЕНЮ
на 27.10.2025 понедельник
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Лагерь ЦДП до 11 лет						
Завтрак						
КП22070	Каша гречневая молочная	150,00	1,60	2,90	4,60	55,00
КП25027	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50,00	4,00	0,60	19,20	117,50
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100,00	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по: Завтрак			6,20	3,90	39,10	281,50
Обед						
КП25036	Щи из свежей капусты с картофелем	200,00	1,47	4,40	21,47	185,33
КП25040	Макароны отварные с маслом	150,00	3,72	5,60	26,98	215,00
КП25002	Котлеты мясные с соусом томатным	90,00	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45,00	3,60	0,54	17,28	105,75
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	3,24	5,60	14,14	92,00
ИТОГО по: Обед			20,53	23,39	115,37	838,08
Стоимость питания за день		156,00				

Бух.Калькулятор _____ /
Шеф-повар _____ /
Ведущий технолог _____ /

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



МЕНЮ
на 28.10.2025 вторник
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

Лагерь ЦДП до 11 лет

Завтрак

КП25049	Каша "Дружба" молочная	150,00	7,13	10,24	24,00	213,75
КП25027	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50,00	4,00	0,60	23,20	116,00
КП24185	Молоко с витаминами	1 шт	6,60	4,00	9,60	100,00
ИТОГО по: Завтрак			17,92	14,84	63,30	456,75

Обед

КП25016	Борщ с капустой и картофелем	200,00	1,33	2,67	9,33	170,67
КП25046	Картофельное пюре	150,00	3,76	7,48	20,13	198,75
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90,00	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25031	Компот яблочный	200,00	0,00	0,00	17,60	67,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45,00	3,60	0,54	17,28	105,75
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	3,24	5,60	14,14	92,00
ИТОГО по: Обед			19,44	23,48	86,48	764,17
Стоимость питания за день		156,00				

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



[Handwritten signature]



МЕНЮ
на 28.10.2025 вторник
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Лагерь ЦДП до 11 лет						
Завтрак						
КП25049	Каша "Дружба" молочная	150,00	7,13	10,24	24,00	213,75
КП25027	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50,00	4,00	0,60	23,20	116,00
КП24185	Молоко с витаминами	1 шт	6,60	4,00	9,60	100,00
ИТОГО по: Завтрак			17,92	14,84	63,30	456,75
Обед						
КП25016	Борщ с капустой и картофелем	200,00	1,33	2,67	9,33	170,67
КП25046	Картофельное пюре	150,00	3,76	7,48	20,13	198,75
КП25009	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	90,00	7,50	7,20	8,00	130,00
КП25031	Компот яблочный	200,00	0,00	0,00	17,60	67,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45,00	3,60	0,54	17,28	105,75
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	3,24	5,60	14,14	92,00
ИТОГО по: Обед			19,44	23,48	86,48	764,17
Стоимость питания за день		156,00				

Бух.Калькулятор _____ /

Шеф-повар _____ /

Ведущий технолог _____ /

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



МЕНЮ
на 29.10.2025 среда
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Лагерь ЦДП до 11 лет						
Завтрак						
КП25084	Каша пшѐнная молочная жидкая	150,00	5,60	6,60	26,40	186,75
КП25027	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50,00	4,00	0,60	23,20	116,00
Пок0004	Сок 0,2	200,00	0,60	0,40	12,00	31,00
ИТОГО по: Завтрак			10,40	7,60	68,10	360,75
Обед						
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар	60,00	1,22	1,20	13,50	72,00
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200,00	7,50	5,00	15,13	200,00
КП25022	Гречка по-купечески	160,00	9,42	8,44	14,22	188,44
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45,00	3,60	0,54	17,28	105,75
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	3,24	5,60	14,14	92,00
ИТОГО по: Обед			25,98	20,83	101,77	768,19
Стоимость питания за день		156,00				

Бух.Калькулятор _____ /

Шеф-повар _____ /

Ведущий технолог _____ /

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./

МЕНЮ
на 30.10.2025 четверг
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы



Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Лагерь ЦДП до 11 лет						
Завтрак						
КП25041	Каша манная молочная	200,00	8,63	10,07	23,32	249,33
КП25027	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27,00
КП25023	Печенье в ассортименте	40,00	2,00	6,76	23,48	163,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	50,00	4,00	0,60	19,20	117,50
ИТОГО по: Завтрак			14,83	17,43	72,50	556,83
Обед						
КП25038	Суп картофельный с вермишелью	200,00	1,33	3,41	13,47	151,00
КП25114	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	150,00	6,60	9,90	23,16	258,00
КП25031	Компот яблочный	200,00	0,00	0,00	17,60	67,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45,00	3,60	0,54	17,28	105,75
ПОК0287	Фруктовое пюре "Черноголовка" 85гр.в ассортименте	1шт.	0,00	0,00	9,00	150,00
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	3,24	5,60	14,14	92,00
ИТОГО по: Обед			14,77	19,45	94,65	823,75
Стоимость питания за день		156,00				

Бух.Калькулятор

Шеф-повар

Ведущий технолог

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

/Урманова Н.С./



И.И. Каргушева Т.А.

И.И. Каргушева Т.А.



МЕНЮ
на 31.10.2025 пятница
МБОУ СОШ с.Нижние Лемезы

Код блюда	Наименование	Выход блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	

Лагерь ЦДП до 11 лет

Завтрак

КП25073	Макаронные изделия с тёртым сыром	160,00	12,00	9,73	24,00	298,67
КП25027	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27,00
0000065	Хлеб "Колосок" пшеничный для детского питания	50,00	4,00	0,60	23,20	116,00
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100,00	0,40	0,40	8,80	82,00
ИТОГО по: Завтрак			16,60	10,73	62,50	523,67

Обед

КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	60,00	1,50	4,50	30,00	114,00
КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	200,00	1,73	4,00	12,40	165,33
КП25200	Плов из рисовой крупы и куриным фаршем	150,00	7,00	8,10	19,00	216,00
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200,00	1,00	0,05	27,50	110,00
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной	45,00	3,60	0,54	17,28	105,75
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	40,00	3,24	5,60	14,14	92,00
ИТОГО по: Обед			18,07	22,79	120,32	803,08
Стоимость питания за день		156,00				

Бух.Калькулятор _____ /

Шеф-повар _____ /

Ведущий технолог _____ /