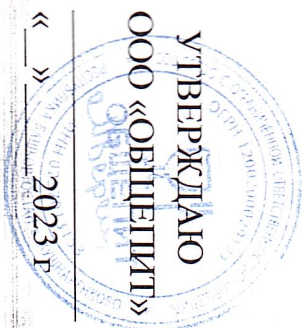




Перспективное меню для обучающихся в период лагеря труда и отдыха



2023 г.

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

СОГЛАСОВАНО:
Директор

День первый

Верещагин А.А.

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
10,01	Огурцы свежие порционно	100	0,21	0,03	0,57	3
53	Щи со сметаной	250/10	1,8	13,1	8,5	95
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	6,06	105,4	155
172	Каша гречневая рассычатая	150	8,66	5,66	37,83	240
290	Напиток яблочно-лимонный	200	0,2	0,2	22,8	92
1,33	Яблоко	150	0,2	0,1	14,6	46
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			24,64	25,81	218,53	769,90

МЕНЮ ЛАТЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

ООО "ОБЩЕПИТ"

УТВЕРЖДАЮ:

Верецагин А.А.

День второй

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса группы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
6	Салат из белокочанной капусты	100	2,20	4,5	10,30	89,4
56,03	Борщ со сметаной	250/10	5,45	10	15,36	166,2
176	Пюре картофельное	150/5	4,90	2,60	35,60	172
80,01	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	90	13,92	7,96	2,82	129,6
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			32,07	27,14	124,26	833,60

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

День: третий

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
44	Винегрет овощной	100	1,3	2,3	7,2	55
66	Суп с домашней лапшой	250	2,60	5,55	11,60	96,0
131	Плов из куриного филе	180	17,1	21,4	28,4	377
1	Компот из плодов и ягод сушеных	200	0	0	20	76
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			25,50	29,85	96,00	742,60

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

День: четвертый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
49,00	Икра морковная	100,00	2,20	7,20	10,20	114,00
63	Суп картофельный с бобовыми	250	7,8	6,3	31,8	211
1,1	Котлеты мясные в томатном соусе	60/40	9,1	11,06	105,4	155
138	Макаронные изделия отварные	150/5	9,5	7,1	49,2	288,0
294	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,1	17,2	68
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
2,03	Груша	200	0,8	0,60	21,80	84
Итого за Обед			34,70	34,34	264,58	1075,00

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

СОГЛАСОВАНО:
Директор

День: пятый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
14.01	Помидоры свежие порционно	100	0,48	0,1	2,08	18
58	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,1	6,2	15,4	119
96.01	Жаркое по домашнему из куриного филе	180	18,7	11,0	7,9	206
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			27,30	18,0	85,40	602,5

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

День: шестой

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
21	Салат Витаминный	100	1,60	4,6	11,10	90
1	Суп крестьянский с крупой	250/10	3,3	5,60	12,15	245,70
97	Голубцы ленивые	180	16,2	14	14,6	244,5
317	Напиток яблочный	200	0	0	23,5	89
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			26,15	25,68	90,28	824,20

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

День: **сегодня**
Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
1,36	Салат Степной	100	2,6	5,8	11,2	158
61,01	Суп картофельный с крупой	250	3,25	6	12,15	245,7
127	Рагу овощное с мясом	150	12,4	14,8	19,5	247
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
	Апельсин	250	1,8	0,4	16,2	86
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			25,05	27,30	119,05	996,30

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

ООО "ОБЩЕПИТ"

УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

День: Восьмой

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
21	Салат Витаминный	100	1,60	4,6	11,10	90
66	Суп с домашней лапшой	250	2,60	5,55	11,60	96,0
320	Котлеты мясные в томатном соусе	60/40	9,1	11,06	105,4	155
211	Макаронные изделия отварные	150	9,5	7,1	49,2	288
294	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,1	17,2	68
2	Груша	200	0,8	6,0	21,8	84
1,08	Хлеб ржаной пшеничный	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			28,90	36,39	245,28	936,00

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

СОГЛАСОВАНО:
Директор

День: девятый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
14,01	Помидоры свежие порционно	100	0,48	0,1	2,08	18
56,03	Борщ со сметаной	250/10	5,45	10	15,36	166,2
96,01	Гуляш из отварной говядины	60	16,9	17,5	3,7	240
138	Пюре картофельное	150	4,9	2,6	35,6	172,4
293	Напиток яблочный	200			23,5	89
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			32,23	30,80	109,04	824,20

УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

День: десятый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
49	Икра морковная	100	2,2	7,2	10,2	114
53	Щи со сметаной	250/10	1,8	13,1	8,5	95
1	Каша гречневая с куриным филе	180	24	6,3	36,84	304,33
317	Напиток яблочный	200	0	0	23,5	89
	Апельсин	250	1,8	0,4	16,2	86
1,21	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			34,5	27,6	124,0	826,9

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

ООО "ОБЩЕПИТ"
УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

День: одиннадцатый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
6	Салат из белокочанной капусты	100	2,20	4,5	10,30	89,4
54	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,1	6	15,4	119,0
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	6,06	105,4	155
176	Макаронные изделия отварные	150/5	9,50	7,10	49,20	288
1	Компот из плодов и ягод сушеных	200			20	76
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			28,40	24,46	229,10	866,00

ООО "ОБЩЕПИТ"

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

Верещагин А.А.

День: двенадцатый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
25	Салат из свежеты отварной с раст. маслом	100	1,30	8,200	6,60	105
63	Суп картофельный с бобовыми	250	7,8	6,3	31,8	211
113	Плов из говядины	180	17,10	21,40	28,40	377,00
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			31,80	37,98	126,98	969,00

ООО "ОБЩЕПИТ"

МЕНЮ ЛАГЕРЯ ТРУДА И ОТДЫХА

УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

День: тринадцатый

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

СОГЛАСОВАНО:
Директор

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
21	Салат Витаминный	100	1,60	4,6	11,10	90
1	Суп крестьянский с крупой	250	3,3	5,60	12,15	245,70
320	Котлеты мясные в томатном соусе	60/40	9,1	11,06	105,4	155
211	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	5,7	37,8	240
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,2	Яблоко	150	0,2	0,1	14,6	46
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			27,83	27,76	241,11	1036,30

Верещагин А.А.

День: четверг

Ссылка в соответствии со сборником технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания ООО Фирма "Партнер" 2014 г. Технологическая карта, утвержденная ООО "Общепит"

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
10,01	Огурцы свежие порционно	100	0,21	0,03	0,57	3
58	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	3,1	6,2	15,4	119
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	6,06	105,4	155
138	Пюре картофельное	150/5	4,9	2,6	35,6	172,4
290	Напиток яблочно-лимонный	200	0,2	0,2	22,8	92
1,21	Хлеб пш	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			22,01	15,69	208,57	680,30
Итого за период			####	388,81	2282,22	11982,85
Итого за период			28,65	27,77	163,02	855,92