

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "16" 06

2025 год

День 12

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Плов (свинина постная)	261,23	150	90,00р.
Овощи натуральные соленные (огурец)	1	10	15,00р.
Фрукты (яблоко) или сок т\п 0,2л	70,5	150	45,00р.
Чай с шиповником и сахаром	54,2	200/7	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленный , помидор свежий. перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп из овощей с мясными фрикадельками	220,35	230/23	60,00р.
Рыба, запеченная с сыром и луком	157,74	90	86,00р.
Картофель отварной со слив.маслом	141,11	150/5	30,00р.
Компот из изюма	75,8	200	15,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.

Зав. производством

/Ефим С.В./

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "17" 06 2025 год

День 13

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Пудинг из творога с яблоками и сгущ.молоко	403	150/15	100,00р.
Круассан	333	70	40,00р.
Чай с сахаром	26,8	200/7	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый , помидор свежий. перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп картофельный с горохом и курицей	153,11	230/10	66,00р.
Печень по-строгановски	212,85	60/30	95,00р.
Рис отварной	208,7	150	25,00р.
Кисель из концентрата плодовых и ягодных	160	200	15,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Вагуева Е.С.

Зав. производством

/Ефим С.Б./

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "18" 06 2025 год

День 14

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Макароны отварные с сыром	207,7	150	45,00р.
Фрукты (яблоко) или сок т\п 0,2л	70,5	150	45,00р.
Пирожок слоеный с начинкой	182,4	60	40,00р.
Чай с сахаром	26,8	200/7	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый . помидор свежий, перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп с ламинарией и яйцом	115,41	230/10	69,00р.
Котлеты мясные	265,56	90	85,00р.
Каша гречневая рассыпчатая	233,7	150	25,00р.
Соус сметанный с томатом	20,03	25	7,00р.
Компот из свежих яблок	41,5	200	25,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.

Зав. производством

/Ефим С.Б./

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "19" 06

2025 год

День 1

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Биточки рубленые из филе куриного	84,27	50	95,00р.
Огурец свежий в нарезке	2,83	20	15,00р.
Соус сметанный	23,23	25	12,00р.
Рис отварной	208,7	150	25,00р.
Чай с сахаром и лимоном	27,9	214	10,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый , помидор свежий. перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп с горбушей	133,01	230	90,00р.
Жаркое по домашнему	318	200	75,00р.
Компот из свежих яблок	41,5	200	26,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.

Зав. производством

/Ефим С.Б./

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "10" 06 2025 год

День 2

Наименование	Ккал	Выход	Цена
Завтрак			
Плов с курицей	235,95	150	95,00р.
Овощи натуральные соленные (огурец)	1	10	15,00р.
Фрукты (яблоко) или сок т\п 0,2л	70,5	150	45,00р.
Чай с сахаром	26,8	207	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
Обед			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленный, помидор свежий, перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп из овощей	81,88	230	50,00р.
Тефтели мясные	195,17	100	86,00р.
Капша гречневая рассыпчатая	233,7	150	25,00р.
Соус красный основной	17,7	25	10,00р.
Кисель из концентрата плодовых и ягодных	160	200	15,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С. /Ефим С.Б./
Зав. производством

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МАОУ СОШ №16
г. Южно-Сахалинск

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "21" 06

2025 год

День 3

Наименование	Кккал	Выход	Цена
Завтрак			
Макароны отварные с сыром	207,7	150	45,00р.
Фрукты (яблоко) или сок т\п 0,2л	70,5	150	45,00р.
Пирожок слоеный с начинкой	182,4	60	40,00р.
Кофейный напиток с молоком	86	200	25,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
Обед			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый . помидор свежий. перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп картофельный с горохом и курицей	153,11	230/10	55,00р.
Котлета мясная	265,56	90	66,00р.
Картофельное пюре	139,4	150	40,00р.
Соус сметанный с томатом	20,03	25	7,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Компот из изюма	75,8	200	25,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.

Зав. производством

Сергеевна
Ефим С.Б./

Согласовано:
Директор МАСУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "13" 06 2025 год

День 4

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Каша "Дружба"	168,9	200	86,00р.
Кекс шоколадный	306	60	40,00р.
Чай с сахаром и лимоном	27,9	200/7/7	10,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый . помидор свежий, перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной	200,01	230/10/5	67,00р.
Курица запеченная	196,11	90	95,00р.
Макароны отварные	196,8	150	20,00р.
Соус сметанный	23,23	25	10,00р.
Компот из сухофруктов	81	200	20,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржаной	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Вагуна Екатерина
Зав. производством Ефим С.Б./

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "24" 06 2025 год

День 5

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Плов (свинина постная)	261,23	150	90,00р.
Овощи натуральные соленные (огурец)	1	10	15,00р.
Фрукты (яблоко) или сок т\п 0,2л	70,5	150	45,00р.
Чай с сахаром	26,8	207	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый , помидор свежий. перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Свекольник с мясом говядины	243,68	230/10	60,00р.
Рыба тушеная в томате с овощами	314,66	90	85,00р.
Картофель отварной с маслом сл.	155	150/5	30,00р.
Напиток из пшпловника	65,3	200	16,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.
Зав. производством _____
Ефимов С.Б.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на " 25" 06

2025 год

День 6

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Пудинг из творога с яблоками и сгущ.молоко	334,13	150/15	100,00р.
Круассан	333	70	40,00р.
Чай с сахаром	26,8	200/7	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый , помидор свежий, перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп из овощей с мясными фрикадельками	220,35	230/23	66,00р.
Оладьи из печени	252,82	90	90,00р.
Соус сметанный	23,23	25	10,00р.
Макароны отварные	196,8	150	20,00р.
Кисель	160	200	15,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.

Зав. производством

/Ефим С.Б./

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ №16 г. Южно-Сахалинск

/Ким Д.Ю./

МЕНЮ №

для детей с 7 лет до 10 лет (2-х разовое), посещающих оздоровительный лагерь дневного пребывания в период летнего отдыха и каникулярные дни в 2025 году.

на "26" 06

2025 год

День 7

Наименование	Ккал	Выход	Цена
<u>Завтрак</u>			
Макароны отварные с сыром	207,7	150	45,00р.
Фрукты (яблоко) или сок т\п 0,2л	70,5	150	45,00р.
Пирожок слоеный с начинкой	182,4	60	40,00р.
Чай с сахаром	26,8	200/7	7,00р.
Хлеб пшеничный	109,6	40	6,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	63	30	5,00р.
<u>Обед</u>			
Овощи (нарезка) на выбор:	8	60	55,00р.
огурец свежий или соленый помидор свежий, перец сладкий или горошек (кукуруза) консервированные			
Суп крестьянский с крупой (перловая)	132,92	230	80,00р.
Рагу из курицы	217,4	200	105,00р.
Компот из свежих яблок	41,5	200	26,00р.
Хлеб пшеничный	164,4	60	8,00р.
Хлеб ржано-пшеничный	84	40	6,00р.
Итого:			428,00р.

Приятного аппетита!

Предприниматель Валуева Е.С.

Зав. производством

/Ефим С.Б./