

Утверждаю
Директор
МКОУ «Киреевский центр образования № 3»
_____ О.Н. Корниенко

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
для организации питания
в оздоровительном лагере с дневным пребыванием
в период летних каникул 2024 года
МКОУ «Киреевский центр образования №3»

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций (г)
День 1		
Завтрак	Омлет натуральный с сыром	180
	Бутерброд с отв. говядиной	30/30
	Чай с сахаром	200
	Яблоко	200
Стоимость завтрака		157,17
Обед		
	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком	80
	Суп картофельный с клецками	250
	Плов с курицей	280
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		139,29
Полдник		
	Вафли	100
	Сок	200
	Апельсин	200
Стоимость полдника		73,90
День 2		
Завтрак	Кнели рыбные припущен	100
	Картофельное пюре	180
	Бутерброд с шоколад маслом	30/10
	Чай с сахаром	200
	Апельсин	200
Стоимость завтрака		151,14
Обед	Огурец свеж	50
	Рассольник ленинградский	250
	Биточек из курицы припущ	100

	Макароны отварные	180
	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		99,96
Полдник	Печенье Октябрьское	60
	Снежок	200
	Мандарин	150
Стоимость полдника		74,41
День 3		
Завтрак	Котлета из курицы	90
	Макароны отварные	180
	Чай с лимоном	200/7
	Бутерброд с сыром и сл маслом	55
	Мандарин	150
Стоимость завтрака		112,89
Обед	Огурец свежий	100
	Уха с крупой	250
	Ленивые голубцы	240
	Напиток из шиповника	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		121,99
Полдник	Сдоба	150
	Йогурт	200
	Банан	200
Стоимость полдника		104,36
День 4		
Завтрак	Запеканка из творога со сгущен молоком	200/300
	Какао с молоком	220
	Бутерброд с сыром	55
	Апельсин	200
Стоимость завтрака		198,70
Обед	Помидор свежий	100
	Суп гороховый	250
	Котлета рыбная	100
	Картофельное пюре	180
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		104,77

Полдник	Печенье Чоко-пай	1 шт
	Сок	200
	Яблоко	200
Стоимость полдника		51,06
День 5		
Завтрак	Салат из отварной свеклы	100
	Зразы из курицы	120
	Картофель, отварной в молоке	180
	Бутерброд с джемом	70
	Банан	200
Стоимость завтрака		176,33
Обед	Огурец свежий	50
	Борщ с капустой и картофелем	250
	Печень по-строгановски	110
	Каша гречневая	180
	Компот из свежих яблок	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		103,07
Полдник	Вафли Боярушка	1 шт
	Йогурт	200
	Мандарин	150
Стоимость полдника		81,32
День 6		
Завтрак	Каша рисовая молочная	210
	Какао с молоком	200
	Бутерброд с сыром	45
Стоимость завтрака		66,76
Обед	Салат из св. помидоров	100
	Щи из свеж капусты с картофелем	250
	Жаркое по-домашнему	200
	Компот из черной смородины	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		160,69
Полдник	Булочка дорожная	100
	Снежок	200
	Мандарин	150
Стоимость полдника		83,28
День 7		

Завтрак	Омлет натуральный	200
	Бутерброд с отварной говядиной	30/30
	Чай с сахаром	200
Стоимость завтрака		112,52
Обед	Салат из свежей капусты и моркови	100
	Борщ с капустой и картофелем	250
	Куры отварные	110
	Каша гречневая	180
	Компот из изюма	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		136,47
Полдник	Вафли Ух-ты	1 шт
	Йогурт	200
	Груша	200
Стоимость полдника		88,28
День 8		
Завтрак	Рыба тушеная с овощами	100
	Рис отварной	180
	Чай с лимоном	200/7
	Персик	200
	Хлеб ржаной	30
Стоимость завтрака		65,04
Обед	Салат из редиса	100
	Рассольник ленинградский	250
	Печень по-строгановски	110
	Макароны отварные	180
	Напиток из шиповника	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		112,86
Полдник	Вафли Боярушка	1 шт
	Сок	200
	Банан	200
Стоимость полдника		85,25
День 9		
Завтрак	Шницель куриный	100
	Кабачки тушеные	180
	Чай с джемом	200
	Бутерброд с сыром	45
Стоимость завтрака		127,68

Обед	Салат из отварной свеклы	100
	Суп картофельный с бобовыми	250
	Рыба отварная	100
	Картофельное пюре	180
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		156,14
Полдник	Печенье Чако-пай	1 шт
	Йогурт	1 шт
	Яблоко	200
Стоимость полдника		69,43
День 10		
Завтрак	Запеканка из творога со сгущен молоком	200/30
	Бутерброд с сыром	45
	Какао с молоком	200
	Нектарин	200
Стоимость полдника		152,24
Обед	Салат из свеж огурцов и помидоров	100
	Борщ с капустой и картофелем	250
	Азу из говядины	280
	Компот из свежих яблок и апельсинов	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		189,40
Полдник	Печенье штучное	1 шт
	Йогурт	200
	Виноград	100
Стоимость полдника		75,60