

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД             | Выход<br>блюд | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |        |        |       |
|--------------|----------------------------------|---------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|--------|--------|-------|
|              |                                  |               | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е    | Ca                   | P      | Mg     | Fe    |
|              | ЗАВТРАК:                         |               |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 81           | 1.Бутерброд с вареной колбасой   | 50            | 5.2                 | 8.6   | 9.8    | 137.0              | 0.09         | 0     | 0    | 0.4  | 10                   | 57     | 8      | 0.7   |
| 8            | 2.Салат из отварной свеклы       | 100           | 1.5                 | 0.2   | 21.7   | 95.0               | 0.04         | 3.30  | 0.00 | 0.70 | 49.0                 | 62.0   | 54.0   | 1.30  |
| 301          | 3.Омлет натуральный              | 200           | 17.5                | 27.2  | 4.7    | 331.3              | 0.12         | 0.60  | 0.40 | 0.93 | 163.1                | 307.6  | 24.6   | 3.12  |
| 496.         | 4.Какао с молоком                | 200           | 3.6                 | 3.3   | 25     | 144.0              | 0.04         | 1.30  | 0.02 | 0.00 | 124.0                | 110.0  | 27.0   | 0.8   |
| 111          | 5.Батон нарезной                 | 15            | 1.1                 | 0.44  | 7.7    | 39.3               | 0.01         | 0.00  | 0.00 | 0.25 | 2.8                  | 9.8    | 2.0    | 0.15  |
|              | ИТОГО                            | 565           | 28.90               | 39.74 | 68.90  | 746.6              | 0.30         | 5.20  | 0.42 | 2.28 | 348.9                | 546.4  | 115.6  | 6.07  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                     |               |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 518          | 1.Сок фруктовый                  | 200           | 1.00                | 0.20  | 20.10  | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00 | 14.0                 | 0.0    | 0.0    | 2.80  |
|              | ОБЕД:                            |               |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 17           | 1.Салат из свежих огурцов        | 100           | 0.7                 | 10.1  | 2      | 102.0              | 0.03         | 5.00  | 0.00 | 4.50 | 18.0                 | 33.0   | 13.0   | 0.50  |
| 144          | 2.Суп картофельный гороховый     | 250           | 2.3                 | 4.3   | 15.1   | 108.0              | 0.19         | 8.70  | 0.04 | 0.20 | 19.0                 | 65.80  | 25.50  | 0.90  |
| 405          | 3.Курица, тушенная в соусе       | 100           | 11.65               | 11.57 | 3.51   | 165.0              | 0.02         | 1.92  | 0.03 | 0.42 | 28.3                 | 75.0   | 13.30  | 0.80  |
| 237          | 4.Каша гречневая рассыпчатая     | 200           | 11.4                | 10.5  | 49.4   | 337.3              | 0.28         | 0.00  | 0.10 | 0.80 | 19.1                 | 270.10 | 180.40 | 6.00  |
| 510          | 5.Компот из апельсинов с яблоком | 200           | 0.5                 | 0.2   | 22.2   | 93.0               | 0.30         | 11.60 | 0.00 | 0.10 | 19.0                 | 12.00  | 8.00   | 0.80  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный           | 50            | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 15.7                 | 79.0   | 23.50  | 2.00  |
|              | ИТОГО                            | 880           | 29.85               | 37.27 | 109.21 | 895.8              | 0.92         | 27.22 | 0.17 | 6.02 | 119.1                | 534.9  | 263.7  | 11.00 |
|              | ПОЛДНИК:                         |               |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 587          | 1. Печенье                       | 40            | 4.1                 | 7.8   | 27.9   | 198.0              | 0.06         | 0.10  | 0.06 | 0.60 | 17.00                | 49.00  | 10.00  | 0.70  |
| 516          | 2.Снежок                         | 200           | 5.8                 | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00 | 240.0                | 180.0  | 28.00  | 0.20  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/      | 1шт           | 0.6                 | 0.15  | 5.5    | 28.0               | 0.04         | 28.00 | 0.00 | 0.15 | 25.7                 | 12.5   | 8.10   | 0.10  |
|              | ИТОГО                            | 350           | 10.50               | 12.95 | 41.40  | 326.0              | 0.18         | 29.50 | 0.10 | 0.75 | 282.7                | 241.5  | 46.10  | 1.00  |
|              | ВСЕГО 393-25                     |               | 70.25               | 90.2  | 239.61 | 2060.4             | 1.42         | 65.92 | 0.69 | 9.05 | 765                  | 1322.8 | 425.4  | 20.9  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано "

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ВТОРНИК 3 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |        |       |      |
|--------------|----------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|--------|-------|------|
|              |                                  |                | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е    | Ca                   | P      | Mg    | Fe   |
|              | ЗАВТРАК:                         |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 10           | 1.Салат из моркови с изюмом      | 100            | 1.2                 | 0.1   | 22.6   | 96.0               | 0.05         | 3.4   | 0    | 0.4  | 39.0                 | 56.0   | 33.0  | 0.9  |
| 321          | 2.Сырники из творога, запеченные | 170            | 32                  | 24.7  | 42.5   | 507.7              | 0.12         | 0.50  | 0.12 | 1.07 | 273                  | 410.7  | 42.7  | 1.3  |
| 481          | с молоком сгущенным              | 30             | 2.16                | 2.55  | 16.6   | 98.4               | 0.01         | 0.30  | 0.01 | 0.06 | 92.1                 | 65.7   | 10.2  | 0.1  |
| 495          | 3.Чай с молоком                  | 200            | 1.5                 | 1.3   | 15.9   | 81.0               | 0.40         | 1.30  | 0.01 | 0.00 | 127.0                | 93.0   | 15.0  | 0.4  |
| 564          | 4.Печенье сахарное               | 40             | 3.7                 | 6.5   | 30.1   | 195.8              | 0.05         | 0.00  | 0.04 | 0.60 | 7.5                  | 29.1   | 5.0   | 0.4  |
|              | ИТОГО                            | 550            | 40.56               | 35.15 | 127.70 | 978.9              | 0.63         | 5.50  | 0.18 | 2.13 | 538.6                | 654.5  | 105.9 | 3.1  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                     |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 518          | 1.Сок фруктовый                  | 200            | 1.00                | 0.00  | 0.20   | 110.0              | 0.04         | 8.00  | 0.00 | 0.00 | 40.0                 | 0.0    | 0.0   | 0.4  |
|              | ОБЕД:                            |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 106          | 1.Помидор свежий порц.           | 100            | 1.1                 | 2     | 3.8    | 24.0               | 0.06         | 25.00 | 0.00 | 0.70 | 14.0                 | 26.0   | 20.0  | 0.9  |
| 147          | 2.Суп картофельный с вермишелью  | 250            | 2.7                 | 2.8   | 18.8   | 111.2              | 0.08         | 6.10  | 0.00 | 1.40 | 13.50                | 53.00  | 19.70 | 0.8  |
| 376          | 3.Зразы из говядины              | 100            | 11.7                | 11.1  | 16.2   | 211.0              | 0.05         | 0.00  | 0.02 | 0.50 | 9.00                 | 128.00 | 21.00 | 1.7  |
| 423          | 4.Капуста свежая тушеная         | 200            | 7.4                 | 7.2   | 7.8    | 126.0              | 0.08         | 34.00 | 0.06 | 1.40 | 122.00               | 110.00 | 48.00 | 2.0  |
| 508          | 5.Компот из сухофруктов          | 200            | 0.5                 | 0     | 27     | 110.0              | 0.01         | 0.50  | 0.00 | 0.00 | 28.00                | 19.00  | 7.00  | 1.5  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный           | 50             | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 15.70                | 79.00  | 23.50 | 2.0  |
|              | ИТОГО                            | 900            | 26.70               | 23.70 | 90.60  | 672.7              | 0.38         | 65.60 | 0.08 | 4.00 | 202.2                | 415.0  | 139.2 | 8.9  |
|              | ПОЛДНИК:                         |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 579          | 1.Релет с корицей                | 50             | 3.4                 | 6.1   | 32.8   | 199.0              | 0.04         | 0.00  | 0.05 | 0.50 | 12.5                 | 30.8   | 5.0   | 0.4  |
| 516          | 2.Ряженка                        | 200            | 5.8                 | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00 | 240.0                | 180.0  | 28.0  | 0.2  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/      | 1шт            | 0.35                | 0.35  | 8.5    | 41.0               | 0.02         | 8.70  | 0.00 | 0.17 | 14.0                 | 14.7   | 7.9   | 1.9  |
|              | ИТОГО                            | 350            | 9.55                | 11.45 | 49.30  | 340.0              | 0.14         | 10.10 | 0.09 | 0.67 | 266.5                | 225.5  | 40.9  | 2.5  |
|              | ВСЕГО 393-25                     |                | 77.81               | 70.30 | 267.80 | 2101.6             | 1.19         | 89.20 | 0.35 | 6.80 | 1047.3               | 1295.0 | 286.0 | 14.9 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано "

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

СРЕДА 4 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |       |       |       |
|--------------|---------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|-------|-------|-------|
|              |                                 |                | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е     | Ca                   | P     | Mg    | Fe    |
|              | ЗАВТРАК:                        |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 90           | 1.Бутерброд с сыром             | .45            | 6.7                 | 9.5   | 9.9    | 153.0              | 0.03         | 0.10  | 0.08 | 0.40  | 185.0                | 132.0 | 13.0  | 0.40  |
| 411          | 2. Кнели из курицы с соусом     | .90            | 15.5                | 15.8  | 6.7    | 230.1              | 0.08         | 0.90  | 0.06 | 0.26  | 20.6                 | 97.7  | 18.0  | 1.28  |
| 456          | красным основным                | 20             | 0.3                 | 0.5   | 1.85   | 12.9               | 0.00         | 0.54  | 0.00 | 0.05  | 1.9                  | 5.3   | 2.7   | 0.10  |
| 291          | 3.Макаронные изделия отварные   | 180            | 6.7                 | 6.7   | 34.8   | 173.9              | 0.06         | 0.00  | 0.00 | 0.95  | 6.9                  | 42.9  | 9.7   | 0.95  |
| 501          | 4.Кофейный напиток с молоком    | 200            | 3.2                 | 2.7   | 15.9   | 79.0               | 0.04         | 1.30  | 0.0  | 0.0   | 126.0                | 90.0  | 14.0  | 0.1   |
| 111          | 5.Батон нарезной                | 15             | 1.1                 | 0.44  | 7.7    | 39.3               | 0.01         | 0.00  | 0.00 | 0.25  | 2.8                  | 9.8   | 2.0   | 0.15  |
|              | ИТОГО                           | 550            | 33.50               | 35.64 | 76.85  | 688.2              | 0.22         | 2.84  | 0.14 | 1.91  | 343.2                | 377.7 | 59.4  | 2.98  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                    |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 518          | 1.Сок фруктовый                 | 200            | 1.00                | 0.20  | 0.20   | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0   | 0.0   | 2.80  |
|              | ОБЕД:                           |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 1            | 1.Салат из капусты белокачанной | 100            | 2.1                 | 10.1  | 9.3    | 136.0              | 0.04         | 25.60 | 0.00 | 4.50  | 56.0                 | 43.0  | 21.0  | 0.80  |
| 134          | 2.Рассольник ленинградский      | 250            | 2.31                | 6.75  | 16.6   | 137.5              | 0.09         | 7.72  | 0.01 | 2.38  | 24.3                 | 69.1  | 27.2  | 0.9   |
| 335          | 3.Суфле рыбное                  | .120           | 19.2                | 5.7   | 3.1    | 142.0              | 0.08         | 0.50  | 0.07 | 1.20  | 68.4                 | 243.6 | 31.2  | 0.84  |
| 429          | 4.Картофельное пюре             | 200            | 4.1                 | 8.8   | 21.7   | 184.0              | 0.17         | 6.8   | 0    | 0.2   | 52.0                 | 114.0 | 38.0  | 1.4   |
| 509          | 5.Компот из яблок с лимоном     | 200            | 0.3                 | 0.2   | 25.1   | 103.0              | 0.01         | 3.30  | 0.00 | 0.10  | 11.0                 | 7.0   | 5.0   | 1.20  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный          | 50             | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.1          | 0     | 0    | 0     | 15.7                 | 79.0  | 23.5  | 2     |
|              |                                 | 920            | 31.31               | 32.15 | 92.80  | 793.0              | 0.49         | 43.92 | 0.08 | 8.38  | 227.4                | 555.7 | 145.9 | 7.14  |
|              | ПОЛДНИК                         |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 542          | 1.Пирожок с повидлом            | 50             | 3                   | 2.7   | 30.5   | 158.3              | 0.03         | 0.08  | 0.02 | 0.40  | 9.20                 | 26.70 | 5.00  | 0.60  |
| 517          | 2.Йогурт                        | 200            | 10                  | 6.4   | 17     | 174.0              | 0.06         | 1.20  | 0.04 | 0.00  | 238.0                | 182.0 | 28.00 | 2.00  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/     | 1шт            | 0.35                | 0.27  | 9.2    | 42.0               | 0.02         | 0.5   | 0    | 0.4   | 16.9                 | 14.3  | 10.7  | 2.5   |
|              | ИТОГО                           | 350            | 13.35               | 9.37  | 56.70  | 374.3              | 0.11         | 1.78  | 0.06 | 0.80  | 264.1                | 223.0 | 43.70 | 5.10  |
|              | ВСЕГО 393-25                    |                | 79.16               | 77.36 | 226.55 | 1947.5             | 0.84         | 52.54 | 0.28 | 11.09 | 848.7                | 1156  | 249.0 | 18.02 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ЧЕТВЕРГ 5 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                   | Выход блюд | Пищевые вещества г |       |        | Энерг. ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |       |       |      |
|---------|-------------------------------------|------------|--------------------|-------|--------|----------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|-------|-------|------|
|         |                                     |            | Белки              | Жиры  | Углев. |                | В1           | С     | А    | Е     | Са                   | Р     | Mg    | Fe   |
|         | ЗАВТРАК:                            |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 300     | 1.Яйцо вареное                      | 1шт        | 5.1                | 4.6   | 0.3    | 63.0           | 0.03         | 0.00  | 0.10 | 0.20  | 22.0                 | 77.0  | 5.00  | 1.00 |
| 258     | 2.Каша молочная пшенная вязкая      | .250       | 10.8               | 16.1  | 46.4   | 373.8          | 0.23         | 16.70 | 0.10 | 0.25  | 172.5                | 262.5 | 69.30 | 1.90 |
| 494     | 3.Чай с лимоном                     | 200        | 0.1                | 0     | 15.2   | 61.0           | 0.00         | 2.80  | 0.00 | 0.00  | 14.2                 | 4.0   | 2.0   | 0.40 |
| 111     | 4.Батон нарезной                    | 15         | 1.1                | 0.44  | 7.7    | 39.3           | 0.01         | 0.00  | 0.00 | 0.25  | 2.8                  | 9.8   | 2.0   | 0.15 |
| 543     | 5.Рулет с маком                     | 50         | 3.7                | 6.5   | 30.1   | 195.8          | 0.05         | 0.00  | 0.04 | 0.60  | 7.5                  | 29.1  | 5.00  | 0.40 |
|         | ИТОГО                               | 555        | 20.80              | 27.64 | 99.70  | 732.9          | 0.32         | 19.50 | 0.24 | 1.30  | 219.0                | 382.4 | 83.3  | 3.85 |
|         | ЗАВТРАК - 2:                        |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 518     | 1.Сок фруктовый                     | 200        | 1.00               | 0.20  | 20.10  | 92.0           | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0   | 0.0   | 2.80 |
|         | ОБЕД:                               |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 19      | 1.Салат из свежих помидор и огурцов | 100        | 0.9                | 5.1   | 3.6    | 64.0           | 0.04         | 14.1  | 0.00 | 2.60  | 17.0                 | 32.0  | 16.0  | 0.70 |
| 131     | 2.Свекольник со сметаной            | 250        | 2.2                | 4.5   | 12.1   | 97.0           | 0.07         | 9.20  | 0.04 | 0.25  | 37.70                | 69.30 | 31.00 | 1.50 |
| 406     | 3,Плов из отварной курицы           | .280       | 21.3               | 21.2  | 50.5   | 478.6          | 0.03         | 1.70  | 0.01 | 7.20  | 44.00                | 177.3 | 41.3  | 1.73 |
| 503     | 4.Кисель из концентрата ягодного    | 200        | 1.4                | 0     | 29     | 122.0          | 0.00         | 0.00  | 0.00 | 0.00  | 1.0                  | 0.0   | 0.0   | 0.10 |
| 110     | 5.Хлеб ржано-пшеничный              | 50         | 3.3                | 0.6   | 17     | 90.5           | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00  | 15.7                 | 79.0  | 23.5  | 2.00 |
|         | ИТОГО                               | 880        | 29.10              | 31.40 | 112.20 | 852.1          | 0.24         | 25.0  | 0.05 | 10.05 | 115.4                | 357.6 | 111.8 | 6.03 |
|         | ПОЛДНИК:                            |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 580     | 1.Булочка нежная                    | 50         | 4.08               | 8.9   | 29.9   | 216.7          | 0.06         | 0.10  | 0.07 | 0.60  | 15.8                 | 47.5  | 10    | 0.7  |
| 516     | 2.Снежок                            | 200        | 5.8                | 5     | 8      | 100.0          | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00  | 240                  | 180   | 28    | 0.20 |
| 112     | 3,Фрукт сезонный /поштучно/         | 1шт        | 0.6                | 0.15  | 5.5    | 28.0           | 0.04         | 28.0  | 0.00 | 0.15  | 25.70                | 12.5  | 8.1   | 0.07 |
|         | ИТОГО                               | 350        | 10.48              | 14.05 | 43.40  | 344.7          | 0.18         | 29.50 | 0.11 | 0.75  | 282                  | 240   | 46    | 0.97 |
|         | ВСЕГО 393-25                        |            | 61.38              | 73.29 | 275.40 | 2021.7         | 0.76         | 78.0  | 0.40 | 12.1  | 629.9                | 980.0 | 241.2 | 13.7 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

**М Е Н Ю**

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ПЯТНИЦА 6 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |               |               | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |              |             |             | Минеральные в-ва, мг |               |               |              |
|--------------|---------------------------------------------------|----------------|---------------------|---------------|---------------|--------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|
|              |                                                   |                | Белки               | Жиры          | Углев.        |                    | В1           | С            | А           | Е           | Са                   | Р             | Mg            | Fe           |
|              | <b>ЗАВТРАК:</b>                                   |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 91           | 1.Бутерброд с сыром                               | .35            | 5                   | 8.1           | 7.4           | 123.0              | 0.0          | 0.10         | 0.06        | 0.3         | 137.0                | 99.0          | 10.0          | 0.30         |
| 395          | 2 Сосиски отварные                                | .100           | 10.4                | 20.9          | 0             | 239                | 0.14         | 0.00         | 0.00        | 0.40        | 31.0                 | 134.0         | 17.0          | 1.60         |
| 237          | 3.Каша гречневая рассыпчатая                      | 200            | 11.4                | 10.5          | 49.4          | 337.3              | 0.28         | 0.00         | 0.10        | 0.80        | 19.1                 | 270.1         | 180.4         | 6.00         |
| 456          | с соусом красным основным                         |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 496.         | 4.Какао с молоком                                 | 200            | 3.6                 | 3.3           | 25            | 144                | 0.04         | 1.30         | 0.02        | 0.00        | 124.0                | 110.0         | 27.00         | 0.80         |
| 111          | 5.Батон нарезной                                  | 15             | 1.1                 | 0.44          | 7.7           | 39.30              | 0.01         | 0.00         | 0.00        | 0.25        | 2.8                  | 9.8           | 2.00          | 0.15         |
|              | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>550</b>     | <b>31.50</b>        | <b>43.24</b>  | <b>89.50</b>  | <b>882.60</b>      | <b>0.49</b>  | <b>1.40</b>  | <b>0.18</b> | <b>1.75</b> | <b>313.9</b>         | <b>622.9</b>  | <b>236.40</b> | <b>8.85</b>  |
|              | <b>ЗАВТРАК - 2:</b>                               |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 518          | 1.Сок фруктовый                                   | 200            | 1.00                | 0.00          | 0.20          | 110.00             | 0.04         | 8.00         | 0.00        | 0.00        | 40.0                 | 0.0           | 0.00          | 0.40         |
|              | <b>ОБЕД:</b>                                      |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 61           | 1.Салат из моркови с зел.горошком                 | 100            | 1.9                 | 10.1          | 5.9           | 121.60             | 0.07         | 4.60         | 0.00        | 4.70        | 22.0                 | 53.0          | 27.0          | 0.60         |
| 142          | 2.Щи из свежей капусты<br>с картофелем и сметаной | 250            | 2.01                | 6.5           | 8.1           | 99.20              | 0.06         | 18.5         | 0.01        | 2.4         | 42.8                 | 53.6          | 23.1          | 0.82         |
| 369          | 3.Жаркое по-домашнему                             | .300           | 35.5                | 31.7          | 20.7          | 516.50             | 0.22         | 10.40        | 0.05        | 1.04        | 47.70                | 362.7         | 76.30         | 4.60         |
| 510          | 4.Компот из апельсинов с яблоком                  | 200            | 0.5                 | 0.2           | 22.2          | 93.00              | 0.3          | 11.60        | 0.00        | 0.10        | 19.00                | 12.00         | 8.00          | 0.80         |
| 110          | 5.Хлеб ржано-пшеничный                            | 50             | 3.3                 | 0.6           | 17            | 90.50              | 0.1          | 0.00         | 0.00        | 0.00        | 15.70                | 79.0          | 23.50         | 2.00         |
|              | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>900</b>     | <b>43.21</b>        | <b>49.10</b>  | <b>73.90</b>  | <b>920.80</b>      | <b>0.75</b>  | <b>45.1</b>  | <b>0.06</b> | <b>8.24</b> | <b>147.2</b>         | <b>560.3</b>  | <b>157.9</b>  | <b>8.82</b>  |
|              | <b>ПОЛДНИК:</b>                                   |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 543          | 1.Рулет с корицей                                 | 50             | 3.7                 | 6.5           | 30.1          | 195.80             | 0.05         | 0.00         | 0.04        | 0.60        | 7.5                  | 29.1          | 5.0           | 0.4          |
| 516          | 2.Ряженка                                         | 200            | 5.8                 | 5             | 8             | 100.00             | 0.08         | 1.40         | 0.04        | 0.00        | 240                  | 180.0         | 28.0          | 0.2          |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/                       | 1шт            | 0.6                 | 0.15          | 5.5           | 28.00              | 0.04         | 28.00        | 0.00        | 0.15        | 25.70                | 12.5          | 8.10          | 0.10         |
|              | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>350</b>     | <b>10.10</b>        | <b>11.65</b>  | <b>43.60</b>  | <b>323.80</b>      | <b>0.17</b>  | <b>29.40</b> | <b>0.08</b> | <b>0.75</b> | <b>273.2</b>         | <b>221.6</b>  | <b>41.1</b>   | <b>0.70</b>  |
|              | <b>ВСЕГО 393-25</b>                               |                | <b>85.81</b>        | <b>103.99</b> | <b>207.20</b> | <b>2237.20</b>     | <b>1.45</b>  | <b>83.9</b>  | <b>0.32</b> | <b>10.7</b> | <b>774.3</b>         | <b>1404.8</b> | <b>435.4</b>  | <b>18.77</b> |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

СУББОТА 7 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |        |       |      |
|--------------|---------------------------------|----------------|--------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|--------|-------|------|
|              |                                 |                | Белки              | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е    | Ca                   | P      | Mg    | Fe   |
|              | ЗАВТРАК:                        |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 95           | 1.Бутерброд с повидлом          | .60            | 1.7                | 4.3   | 32.6   | 176.0              | 0.02         | 0.20  | 0.03 | 0.30 | 10.0                 | 17.0   | 5.0   | 0.7  |
| 62           | 2.Салат из моркови с курагой    | .100           | 1.6                | 0.1   | 15.1   | 68.0               | 0.06         | 3.60  | 0.00 | 0.40 | 43.0                 | 57.0   | 40.0  | 0.8  |
| 313          | 3.Запеканка творожная           | 170            | 27.2               | 25.5  | 27.1   | 425.6              | 0.08         | 0.7   | 0.2  | 0.8  | 336.6                | 393.6  | 43.1  | 1.1  |
| 481          | с молоком сгущенным             | .30            | 2.16               | 2.55  | 16.6   | 98.4               | 0.01         | 0.30  | 0.01 | 0.06 | 92.1                 | 65.7   | 10.2  | 0.1  |
| 501          | 4.Кофейный напиток с молоком    | 200            | 3.2                | 2.7   | 15.9   | 79.0               | 0.04         | 1.3   | 0.00 | 0    | 126.0                | 90.0   | 14.0  | 0.1  |
|              | ИТОГО                           | 560            | 35.86              | 35.15 | 107.30 | 847.0              | 0.21         | 6.10  | 0.24 | 1.56 | 607.7                | 623.3  | 112.3 | 2.8  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                    |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 518          | 1.Сок фруктовый                 | 200            | 1.00               | 0.20  | 0.20   | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00 | 14.0                 | 0.0    | 0.0   | 2.8  |
|              | ОБЕД:                           |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 1            | 1.Салат из капусты белокачанной | 100            | 2.1                | 10.1  | 9.3    | 136.0              | 0.04         | 25.6  | 0    | 4.5  | 56                   | 43     | 21    | 0.8  |
| 145          | 2.Суп картофельный гороховый    | 250            | 4.9                | 5.35  | 20.15  | 148.3              | 0.15         | 5.80  | 0.00 | 0.90 | 41.5                 | 137.7  | 38.3  | 1.8  |
| 412          | 3.Котлета куриная с соусом      | .80            | 12                 | 8.5   | 7.4    | 150.9              | 0.1          | 0.7   | 0.03 | 0.3  | 29.7                 | 0.5    | 0.1   | 0.9  |
| 456          | красным основным                | 20             | 0.3                | 0.5   | 1.85   | 12.9               | 0.00         | 0.54  | 0.00 | 0.05 | 1.9                  | 5.3    | 2.7   | 0.1  |
| 291          | 4.Макаронные изделия отварные   | 180            | 6.7                | 6.7   | 34.8   | 173.9              | 0.06         | 0     | 0    | 0.95 | 6.9                  | 42.9   | 9.7   | 1.0  |
| 508          | 5.Компот из сухофруктов         | 200            | 0.5                | 0     | 27     | 110.0              | 0.01         | 0.5   | 0    | 0    | 28.0                 | 19.0   | 7.0   | 1.5  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный          | 50             | 3.3                | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.1          | 0     | 0    | 0    | 15.7                 | 79.0   | 23.5  | 2.0  |
|              | ИТОГО                           | 800            | 29.80              | 31.75 | 117.50 | 822.5              | 0.46         | 33.14 | 0.03 | 6.70 | 179.7                | 327.4  | 102.3 | 8.1  |
|              | ПОЛДНИК:                        |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 579          | 1.Булочка ванильная             | 50             | 3.4                | 6.1   | 32.8   | 199.0              | 0.04         | 0.00  | 0.05 | 0.50 | 12.5                 | 30.8   | 5.0   | 0.4  |
| 517          | 2.Йогурт                        | 200            | 10                 | 6.4   | 17     | 174.0              | 0.06         | 1.20  | 0.04 | 0.00 | 238.0                | 182.0  | 28.0  | 2.0  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/     | 1шт            | 0.35               | 0.35  | 8.5    | 41.0               | 0.02         | 8.7   | 0.00 | 0.17 | 14.0                 | 14.7   | 7.9   | 1.9  |
|              | ИТОГО                           | 350            | 13.75              | 12.85 | 58.30  | 414.0              | 0.12         | 9.90  | 0.09 | 0.67 | 264.5                | 227.5  | 40.9  | 4.3  |
|              | ВСЕГО 393-25                    |                | 80.41              | 79.95 | 283.30 | 2175.5             | 0.81         | 53.14 | 0.36 | 8.93 | 1065.9               | 1178.2 | 255.5 | 18.0 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК 9 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/г<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД                             | Выхо-<br>блюд | Пищевые вещества г |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |        |       |      |
|--------------|--------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|--------|-------|------|
|              |                                                  |               | Белки              | Жиры  | Углев. |                    | B1           | C     | A    | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe   |
|              | ЗАВТРАК:                                         |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 105          | 1.Масло сливочное порционно                      | .10           | 0.04               | 8.2   | 0.07   | 74.8               | 0.00         | 0.00  | 0.06 | 0.10  | 1.2                  | 1.9    | 0.00  | 0.00 |
| 100          | 2.Сыр сычужный твердый порц.                     | .15           | 3.84               | 3.92  | 0      | 51.4               | 0.00         | 0.15  | 0.03 | 0.10  | 135.0                | 88.5   | 7.50  | 0.15 |
| 253          | 3.Каша молочная рисовая вязкая                   | 250           | 7.8                | 14.7  | 46.3   | 349.3              | 0.07         | 1.7   | 1.00 | 0.25  | 163.7                | 211.3  | 46.5  | 0.7  |
| 494          | 4.Чай с лимоном                                  | 200           | 0.1                | 0     | 15.2   | 61.0               | 0.00         | 2.80  | 0.00 | 0.00  | 14.2                 | 4.0    | 2.0   | 0.40 |
| 563          | 5.Печенье                                        | 40            | 5.5                | 9.7   | 45.1   | 293.7              | 0.07         | 0.00  | 0.06 | 0.90  | 11.2                 | 43.6   | 7.5   | 0.60 |
|              | ИТОГО                                            | 550           | 17.28              | 36.52 | 106.67 | 830.2              | 0.14         | 4.65  | 1.15 | 1.35  | 325.3                | 349.3  | 63.5  | 1.85 |
|              | ЗАВТРАК - 2:                                     |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 518          | 1.Сок фруктовый                                  | 200           | 1.00               | 0.20  | 20.10  | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0    | 0.0   | 2.80 |
|              | ОБЕД:                                            |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 17           | 1.Салат из свежих огурцов                        | 100           | 0.7                | 10.1  | 2      | 102.0              | 0.03         | 5.0   | 0.00 | 4.50  | 18.0                 | 33.0   | 13.0  | 0.50 |
| 128          | 2.Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250           | 2.09               | 6.5   | 11.01  | 111.2              | 0.05         | 10.34 | 0.01 | 2.43  | 43.30                | 59.10  | 27.15 | 1.22 |
| 343          | 3.Рыба, тушеная в томате с овощами               | .120          | 11.4               | 6.18  | 5.4    | 122.4              | 0.08         | 4.00  | 0.01 | 3.60  | 30.00                | 174.0  | 33.4  | 0.70 |
| 429          | 4.Картофельное пюре                              | 200           | 4.1                | 8.8   | 21.7   | 184.0              | 0.17         | 6.8   | 0.00 | 0.20  | 52.0                 | 114.0  | 38.0  | 1.40 |
| 509          | 5.Компот из яблок с лимоном                      | 200           | 0.3                | 0.2   | 25.1   | 103.0              | 0.01         | 3.30  | 0.00 | 0.10  | 11.0                 | 7.0    | 5.0   | 1.20 |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный                           | 50            | 3.3                | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00  | 15.7                 | 79.0   | 23.5  | 2.00 |
|              | ИТОГО                                            | 920           | 21.89              | 32.38 | 82.21  | 713.1              | 0.44         | 29.4  | 0.02 | 10.83 | 170.0                | 466.1  | 140.1 | 7.02 |
|              | ПОЛДНИК:                                         |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 590          | 1.Пряник                                         | 40            | 3.7                | 4.9   | 37.1   | 208.0              | 0.05         | 0.00  | 0.00 | 1.80  | 14.5                 | 45     | 10    | 1.1  |
| 516          | 2.Снежок                                         | 200           | 5.8                | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00  | 240                  | 180    | 28    | 0.20 |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/                      | 1шт           | 0.35               | 0.27  | 9.2    | 42.0               | 0.02         | 0.5   | 0.00 | 0.40  | 16.90                | 14.3   | 10.7  | 2.50 |
|              | ИТОГО                                            | 350           | 9.85               | 10.17 | 54.30  | 350.0              | 0.15         | 1.90  | 0.04 | 2.20  | 271                  | 239    | 49    | 3.80 |
|              | ВСЕГО 393-25                                     |               | 50.02              | 79.27 | 263.28 | 1985.3             | 0.75         | 40.0  | 1.21 | 14.4  | 780.7                | 1054.7 | 252.3 | 15.5 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ВТОРНИК 10 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД             | Выход<br>блюд | Пищевые вещества г. |              |               | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |              |             |             | Минеральные в-ва, мг |               |              |              |
|--------------|----------------------------------|---------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|--------------|
|              |                                  |               | Белки               | Жиры         | Углев.        |                    | В1           | С            | А           | Е           | Ca                   | P             | Mg           | Fe           |
|              | <b>ЗАВТРАК:</b>                  |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 81           | 1.Бутерброд с вареной колбасой   | .50           | 5.2                 | 8.6          | 9.8           | 137.0              | 0.09         | 0.00         | 0.00        | 0.40        | 10.0                 | 57.0          | 8.0          | 0.70         |
| 8            | 2.Салат из отварной свеклы       | 100           | 1.5                 | 0.2          | 21.7          | 95.0               | 0.04         | 3.3          | 0           | 0.7         | <b>49</b>            | <b>62</b>     | <b>54</b>    | 1.3          |
| 301          | 3.Омлет натуральный              | 200           | 17.5                | 27.2         | 4.7           | 331.3              | 0.12         | 0.60         | 0.40        | 0.93        | 163.1                | 307.6         | 24.6         | 3.12         |
| 496.         | 4.Какао с молоком                | 200           | 3.6                 | 3.3          | 25            | 144.0              | 0.04         | 1.30         | 0.02        | 0.00        | 124.0                | 110.0         | 27.0         | 0.8          |
| 111          | 5.Батон нарезной                 | 15            | 1.1                 | 0.44         | 7.7           | 39.3               | 0.01         | 0.00         | 0.00        | 0.25        | 2.8                  | 9.8           | 2.0          | 0.15         |
|              | <b>ИТОГО</b>                     | <b>565</b>    | <b>28.90</b>        | <b>39.74</b> | <b>68.90</b>  | <b>746.6</b>       | <b>0.30</b>  | <b>5.20</b>  | <b>0.42</b> | <b>2.28</b> | <b>348.9</b>         | <b>546.4</b>  | <b>115.6</b> | <b>6.07</b>  |
|              | <b>ЗАВТРАК - 2:</b>              |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 518          | 1.Сок фруктовый                  | 200           | 1.00                | 0.00         | 0.20          | 110.0              | 0.04         | 8.00         | 0.00        | 0.00        | 40.0                 | 0.0           | 0.0          | 0.40         |
|              | <b>ОБЕД:</b>                     |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 106          | 1.Помидор свежий порц.           | 100           | 1.1                 | 2            | 3.8           | 24.0               | 0.06         | 25           | 0           | 0.7         | 14                   | 26            | 20           | 0.9          |
| 144          | 2.Суп картофельный гороховый     | 250           | 2.3                 | 4.3          | 15.1          | 108.0              | 0.19         | 8.70         | 0.04        | 0.20        | 19.0                 | 65.80         | 25.50        | 0.90         |
| 363          | 3.Мясо тушеное                   | .100          | 15.2                | 17.4         | 2.3           | 227.0              | 0.04         | 0.70         | 0.00        | 2.60        | 11.0                 | 157.0         | 22.00        | 2.20         |
| 237          | 4.Каша гречневая рассыпчатая     | 200           | 11.4                | 10.5         | 49.4          | 337.3              | 0.28         | 0.00         | 0.10        | 0.80        | 19.1                 | 270.10        | 180.40       | 6.00         |
| 503          | 5.Кисель из концентрата ягодного | 200           | 1.4                 | 0            | 29            | 122.0              | 0.00         | 0.00         | 0.00        | 0.00        | 1.0                  | 0.00          | 0.00         | 0.10         |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный           | 50            | 3.3                 | 0.6          | 17            | 90.5               | 0.10         | 0.00         | 0.00        | 0.00        | 15.7                 | 79.0          | 23.50        | 2.00         |
|              | <b>ИТОГО</b>                     | <b>880</b>    | <b>34.70</b>        | <b>34.80</b> | <b>116.60</b> | <b>908.8</b>       | <b>0.67</b>  | <b>34.40</b> | <b>0.14</b> | <b>4.30</b> | <b>79.8</b>          | <b>597.9</b>  | <b>271.4</b> | <b>12.10</b> |
|              | <b>ПОЛДНИК:</b>                  |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 560          | 1. Пирог с повидлом              | 50            | 3.42                | 6.42         | 27.58         | 181.7              | 0.05         | 0.00         | 0.04        | 0.58        | 6.70                 | 25.80         | 5.00         | 0.42         |
| 516          | 2.Ряженка                        | 200           | 5.8                 | 5            | 8             | 100.0              | 0.08         | 1.40         | 0.04        | 0.00        | 240.0                | 180.00        | 28.00        | 0.20         |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/      | 1шт           | 0.6                 | 0.15         | 5.5           | 28.0               | 0.04         | 28.00        | 0.00        | 0.15        | 25.7                 | 12.5          | 8.10         | 0.07         |
|              | <b>ИТОГО</b>                     | <b>350</b>    | <b>9.82</b>         | <b>11.57</b> | <b>41.08</b>  | <b>309.7</b>       | <b>0.17</b>  | <b>29.40</b> | <b>0.08</b> | <b>0.73</b> | <b>272.4</b>         | <b>218.3</b>  | <b>41.10</b> | <b>0.69</b>  |
|              | <b>ВСЕГО 393-25</b>              |               | <b>74.42</b>        | <b>86.11</b> | <b>226.78</b> | <b>2075.1</b>      | <b>1.18</b>  | <b>77.00</b> | <b>0.64</b> | <b>7.31</b> | <b>741</b>           | <b>1362.6</b> | <b>428.1</b> | <b>19.3</b>  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

СРЕДА 11 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |             |             |       |
|--------------|---------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|-------------|-------------|-------|
|              |                                 |                | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | B1           | C     | A    | E     | Ca                   | P           | Mg          | Fe    |
|              | ЗАВТРАК:                        |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |             |             |       |
| 90           | 1.Бутерброд с сыром             | .45            | 6.7                 | 9.5   | 9.9    | 153.0              | 0.03         | 0.10  | 0.08 | 0.40  | 185.0                | 132.0       | 13.0        | 0.40  |
| 7            | 2.Салат из моркови              | 100            | 1.1                 | 10.1  | 9.1    | 132.0              | 0.04         | 3.20  | 0.00 | 4.70  | 24.0                 | 40.0        | 33.0        | 0.60  |
| 319          | 3.Пудинг творожный              | 180            | 24.8                | 23.6  | 38     | 464.4              | 0.12         | 0.36  | 0.12 | 0.80  | 274.8                | 337.2       | 39.6        | 1.68  |
| 481          | с молоком сгущенным             | .30            | 2.16                | 2.55  | 16.6   | 98.4               | 0.01         | 0.30  | 0.01 | 0.06  | 92.1                 | 65.7        | 10.2        | 0.10  |
| 501          | 4.Кофейный напиток с молоком    | 200            | 3.2                 | 2.7   | 15.9   | 79.0               | 0.04         | 1.30  | 0.00 | 0.00  | 126.0                | 90.0        | 14.0        | 0.10  |
|              | ИТОГО                           | 555            | 37.96               | 48.45 | 89.50  | 926.8              | 0.24         | 5.26  | 0.21 | 5.96  | 701.9                | 664.9       | 109.8       | 2.88  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                    |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |             |             |       |
| 518          | 1.Сок фруктовый                 | 200            | 1.00                | 0.20  | 0.20   | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0         | 0.0         | 2.80  |
|              | ОБЕД:                           |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |             |             |       |
| 1            | 1.Салат из капусты белокачанной | 100            | 2.1                 | 10.1  | 9.3    | 136.0              | 0.04         | 25.60 | 0.00 | 4.50  | 56.0                 | 43.0        | 21.0        | 0.80  |
| 134          | 2.Рассольник ленинградский      | 250            | 2.31                | 6.75  | 16.6   | 137.5              | 0.09         | 7.72  | 0.01 | 2.38  | <b>24.3</b>          | <b>69.1</b> | <b>27.2</b> | 0.9   |
| 407          | 3.Рагу из курицы                | 300            | 23.6                | 24.7  | 27.3   | 425.1              | 0.20         | 17.8  | 0.03 | 5.3   | 42.8                 | 238.3       | 66.8        | 3.1   |
| 508          | 4.Компот из сухофруктов         | 200            | 0.5                 | 0     | 27     | 110.0              | 0.01         | 0.5   | 0.00 | 0     | 28.0                 | 19.0        | 7.0         | 1.5   |
| 110          | 5.Хлеб ржано-пшеничный          | 50             | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.1          | 0     | 0    | 0     | 15.7                 | 79.0        | 23.5        | 2     |
|              | ИТОГО                           | 900            | 31.81               | 42.15 | 97.20  | 899.1              | 0.44         | 51.62 | 0.04 | 12.18 | 166.8                | 448.4       | 145.5       | 8.30  |
|              | ПОЛДНИК:                        |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |             |             |       |
| 542          | 1.Рулет с маком                 | 50             | 3                   | 2.7   | 30.5   | 158.3              | 0.03         | 0.10  | 0.02 | 0.40  | 9.2                  | 26.7        | 5.0         | 0.60  |
| 516          | 2.Кефир                         | 200            | 5.8                 | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00  | 240.0                | 180.0       | 28.0        | 0.20  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/     | 1шт            | 0.35                | 0.35  | 8.5    | 41.0               | 0.02         | 8.70  | 0.00 | 0.17  | 14.0                 | 14.7        | 7.9         | 1.90  |
|              | ИТОГО                           | 350            | 9.15                | 8.05  | 47.00  | 299.3              | 0.13         | 10.20 | 0.06 | 0.57  | 263.2                | 221.4       | 40.9        | 2.70  |
|              | ВСЕГО 393-25                    |                | 79.92               | 98.85 | 233.90 | 2217.2             | 0.83         | 71.08 | 0.31 | 18.71 | 1145.90              | 1334.7      | 296.2       | 16.68 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР  
"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК 16 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД                           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |       |       |       |
|--------------|------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|-------|-------|-------|
|              |                                                |                | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е    | Са                   | Р     | Mg    | Fe    |
|              | ЗАВТРАК:                                       |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |       |       |       |
| 94           | 1.Бутерброд с маслом сливочным                 | .30            | 1.2                 | 12.5  | 7.5    | 147.0              | 0.02         | 0.00  | 0.09 | 0.30 | 137.0                | 99.0  | 10.0  | 0.30  |
| 395          | 2 Сосиски отварные                             | .100           | 10.4                | 20.9  | 0      | 239.0              | 0.14         | 0.00  | 0.00 | 0.40 | 31.0                 | 134.0 | 17.0  | 1.60  |
| 291          | 3.Макаронные изделия отварные                  | 180            | 6.7                 | 6.7   | 34.8   | 173.9              | 0.06         | 0.00  | 0.00 | 0.95 | 6.9                  | 42.9  | 9.7   | 0.95  |
| 494          | 4.Чай с лимоном                                | 200            | 0.1                 | 0     | 15.2   | 61.0               | 0.00         | 2.80  | 0.0  | 0.0  | 14.2                 | 4.0   | 2.0   | 0.4   |
| 111          | 5.Батон нарезной                               | 40             | 3                   | 1.16  | 20.5   | 104.8              | 0.04         | 0.00  | 0.00 | 0.68 | 7.6                  | 26.0  | 5.2   | 0.50  |
|              | ИТОГО                                          | 550            | 21.40               | 41.26 | 78.00  | 725.7              | 0.26         | 2.80  | 0.09 | 2.33 | 196.7                | 305.9 | 43.9  | 3.75  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                                   |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |       |       |       |
| 518          | 1.Сок фруктовый                                | 200            | 1.00                | 0.00  | 0.20   | 110.0              | 0.04         | 8.00  | 0.00 | 0.00 | 40.0                 | 0.0   | 0.0   | 0.40  |
|              | ОБЕД:                                          |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |       |       |       |
| 19           | 1.Салат из свежих помидор и огурцов            | 100            | 0.9                 | 5.1   | 3.6    | 64.0               | 0.04         | 14.10 | 0.00 | 2.60 | 17.0                 | 32.0  | 16.0  | 0.70  |
| 142          | 2.Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | .250           | 2.01                | 6.5   | 8.1    | 99.2               | 0.06         | 18.50 | 0.01 | 2.40 | 42.8                 | 53.6  | 23.1  | 0.82  |
| 345          | 3.Котлета рыбная с соусом                      | .80            | 11.1                | 1.7   | 7.7    | 90.4               | 0.06         | 0.30  | 0.02 | 0.80 | 28.0                 | 128.0 | 18.4  | 0.48  |
| 444          | сметанным с томатом                            | 20             | 0.7                 | 4.2   | 1.2    | 46.0               | 0.00         | 0.29  | 0.02 | 0.06 | 18.0                 | 14.8  | 3.1   | 0.09  |
| 414          | 4.Рис отварной                                 | 200            | 4.92                | 8.09  | 45.1   | 272.8              | 0.04         | 0.05  | 0.03 | 0.21 | 6.8                  | 94.4  | 30.4  | 0.3   |
| 509          | 5.Компот из яблок с лимоном                    | 200            | 0.3                 | 0.2   | 25.1   | 103.0              | 0.01         | 3.30  | 0.00 | 0.10 | 11.0                 | 7.0   | 5.0   | 1.20  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный                         | 50             | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.1          | 0     | 0    | 0    | 15.7                 | 79.0  | 23.5  | 2     |
|              |                                                | 900            | 23.23               | 26.39 | 107.80 | 765.9              | 0.31         | 36.54 | 0.08 | 6.17 | 139.3                | 408.8 | 119.5 | 5.59  |
|              | ПОЛДНИК                                        |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |       |       |       |
| 543          | 1.Пряник                                       | 40             | 3.7                 | 6.5   | 30.1   | 195.8              | 0.05         | 0.00  | 0.04 | 0.60 | 7.50                 | 29.10 | 5.00  | 0.40  |
| 517          | 2.Йогурт                                       | 200            | 10                  | 6.4   | 17     | 174.0              | 0.06         | 1.20  | 0.04 | 0.00 | 238.0                | 182.0 | 28.00 | 2.00  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/                    | 1шт            | 0.35                | 0.27  | 9.2    | 42.0               | 0.02         | 0.5   | 0    | 0.4  | 16.9                 | 14.3  | 10.7  | 2.5   |
|              | ИТОГО                                          | 350            | 14.05               | 13.17 | 56.30  | 411.8              | 0.13         | 1.70  | 0.08 | 1.00 | 262.4                | 225.4 | 43.70 | 4.90  |
|              | ВСЕГО 393-25                                   |                | 59.68               | 80.82 | 242.30 | 2013.4             | 0.74         | 49.04 | 0.25 | 9.50 | 638.4                | 940   | 207.1 | 14.64 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ВТОРНИК 17 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД             | Выход<br>блю | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |        |        |       |
|--------------|----------------------------------|--------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|--------|--------|-------|
|              |                                  |              | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е    | Са                   | Р      | Mg     | Fe    |
|              | ЗАВТРАК:                         |              |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 81           | 1.Бутерброд с вареной колбасой   | 50           | 5.2                 | 8.6   | 9.8    | 137.0              | 0.09         | 0     | 0    | 0.4  | 10                   | 57     | 8      | 0.7   |
| 8            | 2.Салат из отварной свеклы       | 100          | 1.5                 | 0.2   | 21.7   | 95.0               | 0.04         | 3.30  | 0.00 | 0.70 | 49.0                 | 62.0   | 54.0   | 1.30  |
| 301          | 3.Омлет натуральный              | 200          | 17.5                | 27.2  | 4.7    | 331.3              | 0.12         | 0.60  | 0.40 | 0.93 | 163.1                | 307.6  | 24.6   | 3.12  |
| 496.         | 4.Какао с молоком                | 200          | 3.6                 | 3.3   | 25     | 144.0              | 0.04         | 1.30  | 0.02 | 0.00 | 124.0                | 110.0  | 27.0   | 0.8   |
| 111          | 5.Батон нарезной                 | 15           | 1.1                 | 0.44  | 7.7    | 39.3               | 0.01         | 0.00  | 0.00 | 0.25 | 2.8                  | 9.8    | 2.0    | 0.15  |
|              | ИТОГО                            | 565          | 28.90               | 39.74 | 68.90  | 746.6              | 0.30         | 5.20  | 0.42 | 2.28 | 348.9                | 546.4  | 115.6  | 6.07  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                     |              |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 518          | 1.Сок фруктовый                  | 200          | 1.00                | 0.20  | 20.10  | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00 | 14.0                 | 0.0    | 0.0    | 2.80  |
|              | ОБЕД:                            |              |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 17           | 1.Салат из свежих огурцов        | 100          | 0.7                 | 10.1  | 2      | 102.0              | 0.03         | 5.00  | 0.00 | 4.50 | 18.0                 | 33.0   | 13.0   | 0.50  |
| 144          | 2.Суп картофельный гороховый     | 250          | 2.3                 | 4.3   | 15.1   | 108.0              | 0.19         | 8.70  | 0.04 | 0.20 | 19.0                 | 65.80  | 25.50  | 0.90  |
| 405          | 3.Курица, тушенная в соусе       | 100          | 11.65               | 11.57 | 3.51   | 165.0              | 0.02         | 1.92  | 0.03 | 0.42 | 28.3                 | 75.0   | 13.30  | 0.80  |
| 237          | 4.Каша гречневая рассыпчатая     | 200          | 11.4                | 10.5  | 49.4   | 337.3              | 0.28         | 0.00  | 0.10 | 0.80 | 19.1                 | 270.10 | 180.40 | 6.00  |
| 510          | 5.Компот из апельсинов с яблоком | 200          | 0.5                 | 0.2   | 22.2   | 93.0               | 0.30         | 11.60 | 0.00 | 0.10 | 19.0                 | 12.00  | 8.00   | 0.80  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный           | 50           | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 15.7                 | 79.0   | 23.50  | 2.00  |
|              | ИТОГО                            | 880          | 29.85               | 37.27 | 109.21 | 895.8              | 0.92         | 27.22 | 0.17 | 6.02 | 119.1                | 534.9  | 263.7  | 11.00 |
|              | ПОЛДНИК:                         |              |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |        |       |
| 587          | 1. Булочка домашняя              | 40           | 4.1                 | 7.8   | 27.9   | 198.0              | 0.06         | 0.10  | 0.06 | 0.60 | 17.00                | 49.00  | 10.00  | 0.70  |
| 516          | 2.Снежок                         | 200          | 5.8                 | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00 | 240.0                | 180.0  | 28.00  | 0.20  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/      | 1шт          | 0.6                 | 0.15  | 5.5    | 28.0               | 0.04         | 28.00 | 0.00 | 0.15 | 25.7                 | 12.5   | 8.10   | 0.10  |
|              | ИТОГО                            | 350          | 10.50               | 12.95 | 41.40  | 326.0              | 0.18         | 29.50 | 0.10 | 0.75 | 282.7                | 241.5  | 46.10  | 1.00  |
|              | ВСЕГО 393-25                     |              | 70.25               | 90.2  | 239.61 | 2060.4             | 1.42         | 65.92 | 0.69 | 9.05 | 765                  | 1322.8 | 425.4  | 20.9  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано "

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

СРЕДА 18 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |        |       |      |
|--------------|----------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|--------|-------|------|
|              |                                  |                | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | B1           | C     | A    | E    | Ca                   | P      | Mg    | Fe   |
|              | ЗАВТРАК:                         |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 10           | 1.Салат из моркови с изюмом      | 100            | 1.2                 | 0.1   | 22.6   | 96.0               | 0.05         | 3.4   | 0    | 0.4  | 39.0                 | 56.0   | 33.0  | 0.9  |
| 321          | 2.Сырники из творога, запеченные | 170            | 32                  | 24.7  | 42.5   | 507.7              | 0.12         | 0.50  | 0.12 | 1.07 | 273                  | 410.7  | 42.7  | 1.3  |
| 481          | с молоком сгущенным              | 30             | 2.16                | 2.55  | 16.6   | 98.4               | 0.01         | 0.30  | 0.01 | 0.06 | 92.1                 | 65.7   | 10.2  | 0.1  |
| 495          | 3.Чай с молоком                  | 200            | 1.5                 | 1.3   | 15.9   | 81.0               | 0.40         | 1.30  | 0.01 | 0.00 | 127.0                | 93.0   | 15.0  | 0.4  |
| 564          | 4.Булочка ванильная              | 50             | 3.7                 | 6.5   | 30.1   | 195.8              | 0.05         | 0.00  | 0.04 | 0.60 | 7.5                  | 29.1   | 5.0   | 0.4  |
|              | ИТОГО                            | 550            | 40.56               | 35.15 | 127.70 | 978.9              | 0.63         | 5.50  | 0.18 | 2.13 | 538.6                | 654.5  | 105.9 | 3.1  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                     |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 518          | 1.Сок фруктовый                  | 200            | 1.00                | 0.00  | 0.20   | 110.0              | 0.04         | 8.00  | 0.00 | 0.00 | 40.0                 | 0.0    | 0.0   | 0.4  |
|              | ОБЕД:                            |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 106          | 1.Помидор свежий порц.           | 100            | 1.1                 | 2     | 3.8    | 24.0               | 0.06         | 25.00 | 0.00 | 0.70 | 14.0                 | 26.0   | 20.0  | 0.9  |
| 147          | 2.Суп картофельный с вермишелью  | 250            | 2.7                 | 2.8   | 18.8   | 111.2              | 0.08         | 6.10  | 0.00 | 1.40 | 13.50                | 53.00  | 19.70 | 0.8  |
| 376          | 3.Зразы из говядины              | 100            | 11.7                | 11.1  | 16.2   | 211.0              | 0.05         | 0.00  | 0.02 | 0.50 | 9.00                 | 128.00 | 21.00 | 1.7  |
| 423          | 4.Капуста свежая тушеная         | 200            | 7.4                 | 7.2   | 7.8    | 126.0              | 0.08         | 34.00 | 0.06 | 1.40 | 122.00               | 110.00 | 48.00 | 2.0  |
| 508          | 5.Компот из сухофруктов          | 200            | 0.5                 | 0     | 27     | 110.0              | 0.01         | 0.50  | 0.00 | 0.00 | 28.00                | 19.00  | 7.00  | 1.5  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный           | 50             | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 15.70                | 79.00  | 23.50 | 2.0  |
|              | ИТОГО                            | 900            | 26.70               | 23.70 | 90.60  | 672.7              | 0.38         | 65.60 | 0.08 | 4.00 | 202.2                | 415.0  | 139.2 | 8.9  |
|              | ПОЛДНИК:                         |                |                     |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 579          | 1.Пирог с изюмом                 | 50             | 3.4                 | 6.1   | 32.8   | 199.0              | 0.04         | 0.00  | 0.05 | 0.50 | 12.5                 | 30.8   | 5.0   | 0.4  |
| 516          | 2.Ряженка                        | 200            | 5.8                 | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00 | 240.0                | 180.0  | 28.0  | 0.2  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/      | 1шт            | 0.35                | 0.35  | 8.5    | 41.0               | 0.02         | 8.70  | 0.00 | 0.17 | 14.0                 | 14.7   | 7.9   | 1.9  |
|              | ИТОГО                            | 350            | 9.55                | 11.45 | 49.30  | 340.0              | 0.14         | 10.10 | 0.09 | 0.67 | 266.5                | 225.5  | 40.9  | 2.5  |
|              | ВСЕГО 393-25                     |                | 77.81               | 70.30 | 267.80 | 2101.6             | 1.19         | 89.20 | 0.35 | 6.80 | 1047.3               | 1295.0 | 286.0 | 14.9 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано "

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ЧЕТВЕРГ 19 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |       |       |       |
|--------------|---------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|-------|-------|-------|
|              |                                 |                | Белки               | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е     | Ca                   | P     | Mg    | Fe    |
|              | ЗАВТРАК:                        |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 90           | 1.Бутерброд с сыром             | .45            | 6.7                 | 9.5   | 9.9    | 153.0              | 0.03         | 0.10  | 0.08 | 0.40  | 185.0                | 132.0 | 13.0  | 0.40  |
| 411          | 2. Кнели из курицы с соусом     | .90            | 15.5                | 15.8  | 6.7    | 230.1              | 0.08         | 0.90  | 0.06 | 0.26  | 20.6                 | 97.7  | 18.0  | 1.28  |
| 456          | красным основным                | 20             | 0.3                 | 0.5   | 1.85   | 12.9               | 0.00         | 0.54  | 0.00 | 0.05  | 1.9                  | 5.3   | 2.7   | 0.10  |
| 291          | 3.Макаронные изделия отварные   | 180            | 6.7                 | 6.7   | 34.8   | 173.9              | 0.06         | 0.00  | 0.00 | 0.95  | 6.9                  | 42.9  | 9.7   | 0.95  |
| 501          | 4.Кофейный напиток с молоком    | 200            | 3.2                 | 2.7   | 15.9   | 79.0               | 0.04         | 1.30  | 0.0  | 0.0   | 126.0                | 90.0  | 14.0  | 0.1   |
| 111          | 5.Батон нарезной                | 15             | 1.1                 | 0.44  | 7.7    | 39.3               | 0.01         | 0.00  | 0.00 | 0.25  | 2.8                  | 9.8   | 2.0   | 0.15  |
|              | ИТОГО                           | 550            | 33.50               | 35.64 | 76.85  | 688.2              | 0.22         | 2.84  | 0.14 | 1.91  | 343.2                | 377.7 | 59.4  | 2.98  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                    |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 518          | 1.Сок фруктовый                 | 200            | 1.00                | 0.20  | 0.20   | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0   | 0.0   | 2.80  |
|              | ОБЕД:                           |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 1            | 1.Салат из капусты белокачанной | 100            | 2.1                 | 10.1  | 9.3    | 136.0              | 0.04         | 25.60 | 0.00 | 4.50  | 56.0                 | 43.0  | 21.0  | 0.80  |
| 134          | 2.Рассольник ленинградский      | 250            | 2.31                | 6.75  | 16.6   | 137.5              | 0.09         | 7.72  | 0.01 | 2.38  | 24.3                 | 69.1  | 27.2  | 0.9   |
| 335          | 3.Суфле рыбное                  | .120           | 19.2                | 5.7   | 3.1    | 142.0              | 0.08         | 0.50  | 0.07 | 1.20  | 68.4                 | 243.6 | 31.2  | 0.84  |
| 429          | 4.Картофельное пюре             | 200            | 4.1                 | 8.8   | 21.7   | 184.0              | 0.17         | 6.8   | 0    | 0.2   | 52.0                 | 114.0 | 38.0  | 1.4   |
| 509          | 5.Компот из яблок с лимоном     | 200            | 0.3                 | 0.2   | 25.1   | 103.0              | 0.01         | 3.30  | 0.00 | 0.10  | 11.0                 | 7.0   | 5.0   | 1.20  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный          | 50             | 3.3                 | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.1          | 0     | 0    | 0     | 15.7                 | 79.0  | 23.5  | 2     |
|              |                                 | 920            | 31.31               | 32.15 | 92.80  | 793.0              | 0.49         | 43.92 | 0.08 | 8.38  | 227.4                | 555.7 | 145.9 | 7.14  |
|              | ПОЛДНИК                         |                |                     |       |        |                    |              |       |      |       |                      |       |       |       |
| 542          | 1.Пирожок с повидлом            | 50             | 3                   | 2.7   | 30.5   | 158.3              | 0.03         | 0.08  | 0.02 | 0.40  | 9.20                 | 26.70 | 5.00  | 0.60  |
| 517          | 2.Йогурт                        | 200            | 10                  | 6.4   | 17     | 174.0              | 0.06         | 1.20  | 0.04 | 0.00  | 238.0                | 182.0 | 28.00 | 2.00  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/     | 1шт            | 0.35                | 0.27  | 9.2    | 42.0               | 0.02         | 0.5   | 0    | 0.4   | 16.9                 | 14.3  | 10.7  | 2.5   |
|              | ИТОГО                           | 350            | 13.35               | 9.37  | 56.70  | 374.3              | 0.11         | 1.78  | 0.06 | 0.80  | 264.1                | 223.0 | 43.70 | 5.10  |
|              | ВСЕГО 393-25                    |                | 79.16               | 77.36 | 226.55 | 1947.5             | 0.84         | 52.54 | 0.28 | 11.09 | 848.7                | 1156  | 249.0 | 18.02 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ПЯТНИЦА 20 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                   | Выход блюд | Пищевые вещества г |       |        | Энерг. ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |       |       |      |
|---------|-------------------------------------|------------|--------------------|-------|--------|----------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|-------|-------|------|
|         |                                     |            | Белки              | Жиры  | Углев. |                | В1           | С     | А    | Е     | Са                   | Р     | Mg    | Fe   |
|         | ЗАВТРАК:                            |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 300     | 1.Яйцо вареное                      | 1шт        | 5.1                | 4.6   | 0.3    | 63.0           | 0.03         | 0.00  | 0.10 | 0.20  | 22.0                 | 77.0  | 5.00  | 1.00 |
| 258     | 2.Каша молочная пшенная вязкая      | .250       | 10.8               | 16.1  | 46.4   | 373.8          | 0.23         | 16.70 | 0.10 | 0.25  | 172.5                | 262.5 | 69.30 | 1.90 |
| 494     | 3.Чай с лимоном                     | 200        | 0.1                | 0     | 15.2   | 61.0           | 0.00         | 2.80  | 0.00 | 0.00  | 14.2                 | 4.0   | 2.0   | 0.40 |
| 111     | 4.Батон нарезной                    | 15         | 1.1                | 0.44  | 7.7    | 39.3           | 0.01         | 0.00  | 0.00 | 0.25  | 2.8                  | 9.8   | 2.0   | 0.15 |
| 543     | 5.Рулет с маком                     | 50         | 3.7                | 6.5   | 30.1   | 195.8          | 0.05         | 0.00  | 0.04 | 0.60  | 7.5                  | 29.1  | 5.00  | 0.40 |
|         | ИТОГО                               | 555        | 20.80              | 27.64 | 99.70  | 732.9          | 0.32         | 19.50 | 0.24 | 1.30  | 219.0                | 382.4 | 83.3  | 3.85 |
|         | ЗАВТРАК - 2:                        |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 518     | 1.Сок фруктовый                     | 200        | 1.00               | 0.20  | 20.10  | 92.0           | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0   | 0.0   | 2.80 |
|         | ОБЕД:                               |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 19      | 1.Салат из свежих помидор и огурцов | 100        | 0.9                | 5.1   | 3.6    | 64.0           | 0.04         | 14.1  | 0.00 | 2.60  | 17.0                 | 32.0  | 16.0  | 0.70 |
| 131     | 2.Свекольник со сметаной            | 250        | 2.2                | 4.5   | 12.1   | 97.0           | 0.07         | 9.20  | 0.04 | 0.25  | 37.70                | 69.30 | 31.00 | 1.50 |
| 406     | 3,Плов из отварной курицы           | .280       | 21.3               | 21.2  | 50.5   | 478.6          | 0.03         | 1.70  | 0.01 | 7.20  | 44.00                | 177.3 | 41.3  | 1.73 |
| 503     | 4.Кисель из концентрата ягодного    | 200        | 1.4                | 0     | 29     | 122.0          | 0.00         | 0.00  | 0.00 | 0.00  | 1.0                  | 0.0   | 0.0   | 0.10 |
| 110     | 5.Хлеб ржано-пшеничный              | 50         | 3.3                | 0.6   | 17     | 90.5           | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00  | 15.7                 | 79.0  | 23.5  | 2.00 |
|         | ИТОГО                               | 880        | 29.10              | 31.40 | 112.20 | 852.1          | 0.24         | 25.0  | 0.05 | 10.05 | 115.4                | 357.6 | 111.8 | 6.03 |
|         | ПОЛДНИК:                            |            |                    |       |        |                |              |       |      |       |                      |       |       |      |
| 580     | 1.Булочка нежная                    | 50         | 4.08               | 8.9   | 29.9   | 216.7          | 0.06         | 0.10  | 0.07 | 0.60  | 15.8                 | 47.5  | 10    | 0.7  |
| 516     | 2.Снежок                            | 200        | 5.8                | 5     | 8      | 100.0          | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00  | 240                  | 180   | 28    | 0.20 |
| 112     | 3,Фрукт сезонный /поштучно/         | 1шт        | 0.6                | 0.15  | 5.5    | 28.0           | 0.04         | 28.0  | 0.00 | 0.15  | 25.70                | 12.5  | 8.1   | 0.07 |
|         | ИТОГО                               | 350        | 10.48              | 14.05 | 43.40  | 344.7          | 0.18         | 29.50 | 0.11 | 0.75  | 282                  | 240   | 46    | 0.97 |
|         | ВСЕГО 393-25                        |            | 61.38              | 73.29 | 275.40 | 2021.7         | 0.76         | 78.0  | 0.40 | 12.1  | 629.9                | 980.0 | 241.2 | 13.7 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

**М Е Н Ю**

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

СУББОТА 21 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г. |               |               | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |              |             |             | Минеральные в-ва, мг |               |               |              |
|--------------|---------------------------------------------------|----------------|---------------------|---------------|---------------|--------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|
|              |                                                   |                | Белки               | Жиры          | Углев.        |                    | В1           | С            | А           | Е           | Са                   | Р             | Mg            | Fe           |
|              | <b>ЗАВТРАК:</b>                                   |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 91           | 1.Бутерброд с сыром                               | .35            | 5                   | 8.1           | 7.4           | 123.0              | 0.0          | 0.10         | 0.06        | 0.3         | 137.0                | 99.0          | 10.0          | 0.30         |
| 395          | 2 Сосиски отварные                                | .100           | 10.4                | 20.9          | 0             | 239                | 0.14         | 0.00         | 0.00        | 0.40        | 31.0                 | 134.0         | 17.0          | 1.60         |
| 237          | 3.Каша гречневая рассыпчатая                      | 200            | 11.4                | 10.5          | 49.4          | 337.3              | 0.28         | 0.00         | 0.10        | 0.80        | 19.1                 | 270.1         | 180.4         | 6.00         |
| 456          | с соусом красным основным                         |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 496.         | 4.Какао с молоком                                 | 200            | 3.6                 | 3.3           | 25            | 144                | 0.04         | 1.30         | 0.02        | 0.00        | 124.0                | 110.0         | 27.00         | 0.80         |
| 111          | 5.Батон нарезной                                  | 15             | 1.1                 | 0.44          | 7.7           | 39.30              | 0.01         | 0.00         | 0.00        | 0.25        | 2.8                  | 9.8           | 2.00          | 0.15         |
|              | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>550</b>     | <b>31.50</b>        | <b>43.24</b>  | <b>89.50</b>  | <b>882.60</b>      | <b>0.49</b>  | <b>1.40</b>  | <b>0.18</b> | <b>1.75</b> | <b>313.9</b>         | <b>622.9</b>  | <b>236.40</b> | <b>8.85</b>  |
|              | <b>ЗАВТРАК - 2:</b>                               |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 518          | 1.Сок фруктовый                                   | 200            | 1.00                | 0.00          | 0.20          | 110.00             | 0.04         | 8.00         | 0.00        | 0.00        | 40.0                 | 0.0           | 0.00          | 0.40         |
|              | <b>ОБЕД:</b>                                      |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 61           | 1.Салат из моркови с зел.горошком                 | 100            | 1.9                 | 10.1          | 5.9           | 121.60             | 0.07         | 4.60         | 0.00        | 4.70        | 22.0                 | 53.0          | 27.0          | 0.60         |
| 142          | 2.Щи из свежей капусты<br>с картофелем и сметаной | 250            | 2.01                | 6.5           | 8.1           | 99.20              | 0.06         | 18.5         | 0.01        | 2.4         | 42.8                 | 53.6          | 23.1          | 0.82         |
| 369          | 3.Жаркое по-домашнему                             | .300           | 35.5                | 31.7          | 20.7          | 516.50             | 0.22         | 10.40        | 0.05        | 1.04        | 47.70                | 362.7         | 76.30         | 4.60         |
| 510          | 4.Компот из апельсинов с яблоком                  | 200            | 0.5                 | 0.2           | 22.2          | 93.00              | 0.3          | 11.60        | 0.00        | 0.10        | 19.00                | 12.00         | 8.00          | 0.80         |
| 110          | 5.Хлеб ржано-пшеничный                            | 50             | 3.3                 | 0.6           | 17            | 90.50              | 0.1          | 0.00         | 0.00        | 0.00        | 15.70                | 79.0          | 23.50         | 2.00         |
|              | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>900</b>     | <b>43.21</b>        | <b>49.10</b>  | <b>73.90</b>  | <b>920.80</b>      | <b>0.75</b>  | <b>45.1</b>  | <b>0.06</b> | <b>8.24</b> | <b>147.2</b>         | <b>560.3</b>  | <b>157.9</b>  | <b>8.82</b>  |
|              | <b>ПОЛДНИК:</b>                                   |                |                     |               |               |                    |              |              |             |             |                      |               |               |              |
| 543          | 1.Рулет с корицей                                 | 50             | 3.7                 | 6.5           | 30.1          | 195.80             | 0.05         | 0.00         | 0.04        | 0.60        | 7.5                  | 29.1          | 5.0           | 0.4          |
| 516          | 2.Ряженка                                         | 200            | 5.8                 | 5             | 8             | 100.00             | 0.08         | 1.40         | 0.04        | 0.00        | 240                  | 180.0         | 28.0          | 0.2          |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/                       | 1шт            | 0.6                 | 0.15          | 5.5           | 28.00              | 0.04         | 28.00        | 0.00        | 0.15        | 25.70                | 12.5          | 8.10          | 0.10         |
|              | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>350</b>     | <b>10.10</b>        | <b>11.65</b>  | <b>43.60</b>  | <b>323.80</b>      | <b>0.17</b>  | <b>29.40</b> | <b>0.08</b> | <b>0.75</b> | <b>273.2</b>         | <b>221.6</b>  | <b>41.1</b>   | <b>0.70</b>  |
|              | <b>ВСЕГО 393-25</b>                               |                | <b>85.81</b>        | <b>103.99</b> | <b>207.20</b> | <b>2237.20</b>     | <b>1.45</b>  | <b>83.9</b>  | <b>0.32</b> | <b>10.7</b> | <b>774.3</b>         | <b>1404.8</b> | <b>435.4</b>  | <b>18.77</b> |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК 23 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества г |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |      | Минеральные в-ва, мг |        |       |      |
|--------------|---------------------------------|----------------|--------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|------|----------------------|--------|-------|------|
|              |                                 |                | Белки              | Жиры  | Углев. |                    | В1           | С     | А    | Е    | Са                   | Р      | Mg    | Fe   |
|              | ЗАВТРАК:                        |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 95           | 1.Бутерброд с повидлом          | .60            | 1.7                | 4.3   | 32.6   | 176.0              | 0.02         | 0.20  | 0.03 | 0.30 | 10.0                 | 17.0   | 5.0   | 0.7  |
| 62           | 2.Салат из моркови с курагой    | .100           | 1.6                | 0.1   | 15.1   | 68.0               | 0.06         | 3.60  | 0.00 | 0.40 | 43.0                 | 57.0   | 40.0  | 0.8  |
| 313          | 3.Запеканка творожная           | 170            | 27.2               | 25.5  | 27.1   | 425.6              | 0.08         | 0.7   | 0.2  | 0.8  | 336.6                | 393.6  | 43.1  | 1.1  |
| 481          | с молоком сгущенным             | .30            | 2.16               | 2.55  | 16.6   | 98.4               | 0.01         | 0.30  | 0.01 | 0.06 | 92.1                 | 65.7   | 10.2  | 0.1  |
| 501          | 4.Кофейный напиток с молоком    | 200            | 3.2                | 2.7   | 15.9   | 79.0               | 0.04         | 1.3   | 0.00 | 0    | 126.0                | 90.0   | 14.0  | 0.1  |
|              | ИТОГО                           | 560            | 35.86              | 35.15 | 107.30 | 847.0              | 0.21         | 6.10  | 0.24 | 1.56 | 607.7                | 623.3  | 112.3 | 2.8  |
|              | ЗАВТРАК - 2:                    |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 518          | 1.Сок фруктовый                 | 200            | 1.00               | 0.20  | 0.20   | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00 | 14.0                 | 0.0    | 0.0   | 2.8  |
|              | ОБЕД:                           |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 1            | 1.Салат из капусты белокачанной | 100            | 2.1                | 10.1  | 9.3    | 136.0              | 0.04         | 25.6  | 0    | 4.5  | 56                   | 43     | 21    | 0.8  |
| 145          | 2.Суп картофельный гороховый    | 250            | 4.9                | 5.35  | 20.15  | 148.3              | 0.15         | 5.80  | 0.00 | 0.90 | 41.5                 | 137.7  | 38.3  | 1.8  |
| 412          | 3.Котлета куриная с соусом      | .80            | 12                 | 8.5   | 7.4    | 150.9              | 0.1          | 0.7   | 0.03 | 0.3  | 29.7                 | 0.5    | 0.1   | 0.9  |
| 456          | красным основным                | 20             | 0.3                | 0.5   | 1.85   | 12.9               | 0.00         | 0.54  | 0.00 | 0.05 | 1.9                  | 5.3    | 2.7   | 0.1  |
| 291          | 4.Макаронные изделия отварные   | 180            | 6.7                | 6.7   | 34.8   | 173.9              | 0.06         | 0     | 0    | 0.95 | 6.9                  | 42.9   | 9.7   | 1.0  |
| 508          | 5.Компот из сухофруктов         | 200            | 0.5                | 0     | 27     | 110.0              | 0.01         | 0.5   | 0    | 0    | 28.0                 | 19.0   | 7.0   | 1.5  |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный          | 50             | 3.3                | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.1          | 0     | 0    | 0    | 15.7                 | 79.0   | 23.5  | 2.0  |
|              | ИТОГО                           | 800            | 29.80              | 31.75 | 117.50 | 822.5              | 0.46         | 33.14 | 0.03 | 6.70 | 179.7                | 327.4  | 102.3 | 8.1  |
|              | ПОЛДНИК:                        |                |                    |       |        |                    |              |       |      |      |                      |        |       |      |
| 579          | 1.Печенье                       | 40             | 3.4                | 6.1   | 32.8   | 199.0              | 0.04         | 0.00  | 0.05 | 0.50 | 12.5                 | 30.8   | 5.0   | 0.4  |
| 517          | 2.Йогурт                        | 200            | 10                 | 6.4   | 17     | 174.0              | 0.06         | 1.20  | 0.04 | 0.00 | 238.0                | 182.0  | 28.0  | 2.0  |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/     | 1шт            | 0.35               | 0.35  | 8.5    | 41.0               | 0.02         | 8.7   | 0.00 | 0.17 | 14.0                 | 14.7   | 7.9   | 1.9  |
|              | ИТОГО                           | 350            | 13.75              | 12.85 | 58.30  | 414.0              | 0.12         | 9.90  | 0.09 | 0.67 | 264.5                | 227.5  | 40.9  | 4.3  |
|              | ВСЕГО 393-25                    |                | 80.41              | 79.95 | 283.30 | 2175.5             | 0.81         | 53.14 | 0.36 | 8.93 | 1065.9               | 1178.2 | 255.5 | 18.0 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

# М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

ВТОРНИК 24 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/г<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД                             | Выхо-<br>блюд | Пищевые вещества г |       |        | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |       |      |       | Минеральные в-ва, мг |        |       |      |
|--------------|--------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------|--------|--------------------|--------------|-------|------|-------|----------------------|--------|-------|------|
|              |                                                  |               | Белки              | Жиры  | Углев. |                    | B1           | C     | A    | E     | Ca                   | P      | Mg    | Fe   |
|              | ЗАВТРАК:                                         |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 105          | 1.Масло сливочное порционно                      | .10           | 0.04               | 8.2   | 0.07   | 74.8               | 0.00         | 0.00  | 0.06 | 0.10  | 1.2                  | 1.9    | 0.00  | 0.00 |
| 100          | 2.Сыр сычужный твердый порц.                     | .15           | 3.84               | 3.92  | 0      | 51.4               | 0.00         | 0.15  | 0.03 | 0.10  | 135.0                | 88.5   | 7.50  | 0.15 |
| 253          | 3.Каша молочная рисовая вязкая                   | 250           | 7.8                | 14.7  | 46.3   | 349.3              | 0.07         | 1.7   | 1.00 | 0.25  | 163.7                | 211.3  | 46.5  | 0.7  |
| 494          | 4.Чай с лимоном                                  | 200           | 0.1                | 0     | 15.2   | 61.0               | 0.00         | 2.80  | 0.00 | 0.00  | 14.2                 | 4.0    | 2.0   | 0.40 |
| 563          | 5.Булочка ванильная                              | 75            | 5.5                | 9.7   | 45.1   | 293.7              | 0.07         | 0.00  | 0.06 | 0.90  | 11.2                 | 43.6   | 7.5   | 0.60 |
|              | ИТОГО                                            | 550           | 17.28              | 36.52 | 106.67 | 830.2              | 0.14         | 4.65  | 1.15 | 1.35  | 325.3                | 349.3  | 63.5  | 1.85 |
|              | ЗАВТРАК - 2:                                     |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 518          | 1.Сок фруктовый                                  | 200           | 1.00               | 0.20  | 20.10  | 92.0               | 0.02         | 4.00  | 0.00 | 0.00  | 14.0                 | 0.0    | 0.0   | 2.80 |
|              | ОБЕД:                                            |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 17           | 1.Салат из свежих огурцов                        | 100           | 0.7                | 10.1  | 2      | 102.0              | 0.03         | 5.0   | 0.00 | 4.50  | 18.0                 | 33.0   | 13.0  | 0.50 |
| 128          | 2.Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250           | 2.09               | 6.5   | 11.01  | 111.2              | 0.05         | 10.34 | 0.01 | 2.43  | 43.30                | 59.10  | 27.15 | 1.22 |
| 343          | 3.Рыба, тушеная в томате с овощами               | .120          | 11.4               | 6.18  | 5.4    | 122.4              | 0.08         | 4.00  | 0.01 | 3.60  | 30.00                | 174.0  | 33.4  | 0.70 |
| 429          | 4.Картофельное пюре                              | 200           | 4.1                | 8.8   | 21.7   | 184.0              | 0.17         | 6.8   | 0.00 | 0.20  | 52.0                 | 114.0  | 38.0  | 1.40 |
| 509          | 5.Компот из яблок с лимоном                      | 200           | 0.3                | 0.2   | 25.1   | 103.0              | 0.01         | 3.30  | 0.00 | 0.10  | 11.0                 | 7.0    | 5.0   | 1.20 |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный                           | 50            | 3.3                | 0.6   | 17     | 90.5               | 0.10         | 0.00  | 0.00 | 0.00  | 15.7                 | 79.0   | 23.5  | 2.00 |
|              | ИТОГО                                            | 920           | 21.89              | 32.38 | 82.21  | 713.1              | 0.44         | 29.4  | 0.02 | 10.83 | 170.0                | 466.1  | 140.1 | 7.02 |
|              | ПОЛДНИК:                                         |               |                    |       |        |                    |              |       |      |       |                      |        |       |      |
| 590          | 1. Булочка домашняя                              | 50            | 3.7                | 4.9   | 37.1   | 208.0              | 0.05         | 0.00  | 0.00 | 1.80  | 14.5                 | 45     | 10    | 1.1  |
| 516          | 2.Снежок                                         | 200           | 5.8                | 5     | 8      | 100.0              | 0.08         | 1.40  | 0.04 | 0.00  | 240                  | 180    | 28    | 0.20 |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/                      | 1шт           | 0.35               | 0.27  | 9.2    | 42.0               | 0.02         | 0.5   | 0.00 | 0.40  | 16.90                | 14.3   | 10.7  | 2.50 |
|              | ИТОГО                                            | 350           | 9.85               | 10.17 | 54.30  | 350.0              | 0.15         | 1.90  | 0.04 | 2.20  | 271                  | 239    | 49    | 3.80 |
|              | ВСЕГО 393-25                                     |               | 50.02              | 79.27 | 263.28 | 1985.3             | 0.75         | 40.0  | 1.21 | 14.4  | 780.7                | 1054.7 | 252.3 | 15.5 |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ

М Е Н Ю

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ПРИШКОЛЬНОМ ЛАГЕРЕ от ООО "КИМПРОД" г. КИМОВСК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7-11 лет

СРЕДА 25 ИЮНЯ 2025 г.

| №п/п<br>Сб-к | НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД             | Выход<br>блюд | Пищевые вещества г. |              |               | Энерг..<br>ценнос. | Витамины, мг |              |             |             | Минеральные в-ва, мг |               |              |              |
|--------------|----------------------------------|---------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|--------------|--------------|
|              |                                  |               | Белки               | Жиры         | Углев.        |                    | В1           | С            | А           | Е           | Ca                   | P             | Mg           | Fe           |
|              | <b>ЗАВТРАК:</b>                  |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 81           | 1.Бутерброд с вареной колбасой   | .50           | 5.2                 | 8.6          | 9.8           | 137.0              | 0.09         | 0.00         | 0.00        | 0.40        | 10.0                 | 57.0          | 8.0          | 0.70         |
| 8            | 2.Салат из отварной свеклы       | 100           | 1.5                 | 0.2          | 21.7          | 95.0               | 0.04         | 3.3          | 0           | 0.7         | <b>49</b>            | <b>62</b>     | <b>54</b>    | 1.3          |
| 301          | 3.Омлет натуральный              | 200           | 17.5                | 27.2         | 4.7           | 331.3              | 0.12         | 0.60         | 0.40        | 0.93        | 163.1                | 307.6         | 24.6         | 3.12         |
| 496.         | 4.Какао с молоком                | 200           | 3.6                 | 3.3          | 25            | 144.0              | 0.04         | 1.30         | 0.02        | 0.00        | 124.0                | 110.0         | 27.0         | 0.8          |
| 111          | 5.Батон нарезной                 | 15            | 1.1                 | 0.44         | 7.7           | 39.3               | 0.01         | 0.00         | 0.00        | 0.25        | 2.8                  | 9.8           | 2.0          | 0.15         |
|              | <b>ИТОГО</b>                     | <b>565</b>    | <b>28.90</b>        | <b>39.74</b> | <b>68.90</b>  | <b>746.6</b>       | <b>0.30</b>  | <b>5.20</b>  | <b>0.42</b> | <b>2.28</b> | <b>348.9</b>         | <b>546.4</b>  | <b>115.6</b> | <b>6.07</b>  |
|              | <b>ЗАВТРАК - 2:</b>              |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 518          | 1.Сок фруктовый                  | 200           | 1.00                | 0.00         | 0.20          | 110.0              | 0.04         | 8.00         | 0.00        | 0.00        | 40.0                 | 0.0           | 0.0          | 0.40         |
|              | <b>ОБЕД:</b>                     |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 106          | 1.Помидор свежий порц.           | 100           | 1.1                 | 2            | 3.8           | 24.0               | 0.06         | 25           | 0           | 0.7         | 14                   | 26            | 20           | 0.9          |
| 144          | 2.Суп картофельный гороховый     | 250           | 2.3                 | 4.3          | 15.1          | 108.0              | 0.19         | 8.70         | 0.04        | 0.20        | 19.0                 | 65.80         | 25.50        | 0.90         |
| 363          | 3.Мясо тушеное                   | .100          | 15.2                | 17.4         | 2.3           | 227.0              | 0.04         | 0.70         | 0.00        | 2.60        | 11.0                 | 157.0         | 22.00        | 2.20         |
| 237          | 4.Каша гречневая рассыпчатая     | 200           | 11.4                | 10.5         | 49.4          | 337.3              | 0.28         | 0.00         | 0.10        | 0.80        | 19.1                 | 270.10        | 180.40       | 6.00         |
| 503          | 5.Кисель из концентрата ягодного | 200           | 1.4                 | 0            | 29            | 122.0              | 0.00         | 0.00         | 0.00        | 0.00        | 1.0                  | 0.00          | 0.00         | 0.10         |
| 110          | 6.Хлеб ржано-пшеничный           | 50            | 3.3                 | 0.6          | 17            | 90.5               | 0.10         | 0.00         | 0.00        | 0.00        | 15.7                 | 79.0          | 23.50        | 2.00         |
|              | <b>ИТОГО</b>                     | <b>880</b>    | <b>34.70</b>        | <b>34.80</b> | <b>116.60</b> | <b>908.8</b>       | <b>0.67</b>  | <b>34.40</b> | <b>0.14</b> | <b>4.30</b> | <b>79.8</b>          | <b>597.9</b>  | <b>271.4</b> | <b>12.10</b> |
|              | <b>ПОЛДНИК:</b>                  |               |                     |              |               |                    |              |              |             |             |                      |               |              |              |
| 560          | 1. Булочка "Нежная"              | 50            | 3.42                | 6.42         | 27.58         | 181.7              | 0.05         | 0.00         | 0.04        | 0.58        | 6.70                 | 25.80         | 5.00         | 0.42         |
| 516          | 2.Ряженка                        | 200           | 5.8                 | 5            | 8             | 100.0              | 0.08         | 1.40         | 0.04        | 0.00        | 240.0                | 180.00        | 28.00        | 0.20         |
| 112          | 3.Фрукт сезонный /поштучно/      | 1шт           | 0.6                 | 0.15         | 5.5           | 28.0               | 0.04         | 28.00        | 0.00        | 0.15        | 25.7                 | 12.5          | 8.10         | 0.07         |
|              | <b>ИТОГО</b>                     | <b>350</b>    | <b>9.82</b>         | <b>11.57</b> | <b>41.08</b>  | <b>309.7</b>       | <b>0.17</b>  | <b>29.40</b> | <b>0.08</b> | <b>0.73</b> | <b>272.4</b>         | <b>218.3</b>  | <b>41.10</b> | <b>0.69</b>  |
|              | <b>ВСЕГО 393-25</b>              |               | <b>74.42</b>        | <b>86.11</b> | <b>226.78</b> | <b>2075.1</b>      | <b>1.18</b>  | <b>77.00</b> | <b>0.64</b> | <b>7.31</b> | <b>741</b>           | <b>1362.6</b> | <b>428.1</b> | <b>19.3</b>  |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

И.С.ПАВЛИКОВ

ПОВАР

"Согласовано"

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ