

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 26.05.2025 года

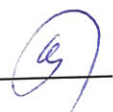
МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" трудовой лагерь

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" трудовой лагерь															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
226/2018	КАША "ДРУЖБА"	250	6,50	9,03	35,46	249,10	0,13	0,21	1,66	50,7	164,72	177,97	38,99	0,76	
72/2018	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	1,61	9,93	23,32	189,03	0,03	0,02	0,10	20,0	7,80	16,30	4,00	0,51	
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03	
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44	
82/2018	ФРУКТ СВЕЖИЙ	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30	
			11,75	19,88	103,14	638,41	0,25	0,27	16,76	70,7	204,83	236,78	62,09	5,04	

ОБЕД

148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,74	4,82	21,89	153,84	0,25	0,09	17,75	20,0	42,38	117,23	43,10	2,13
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100/30	16,16	14,62	13,90	251,79	0,09	0,17	3,53	40,4	61,06	186,48	26,06	2,33
258/2018	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	6,43	5,14	38,17	224,65	0,12	0,06	9,31	21,6	30,22	73,43	22,45	1,35
501/2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
Итого по подменю: 219,53			35,92	25,75	127,41	888,05	0,58	0,38	39,59	82,0	187,01	482,34	129,06	10,94

Итого за день: 47,67 45,63 230,55 1526,46 0,83 0,65 56,35 152,7 391,84 719,12 191,15 15,98

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 27.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" трудовой лагерь

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
268/2018	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	17,82	24,11	4,55	306,45	0,12	0,66	1,00	347,5	167,34	308,65	25,89	3,21
590/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ)	40	3,40	4,52	27,88	165,80	0,04	0,02		26,0	16,40	34,80	6,00	0,40
462/2018	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,38	2,86	14,95	99,09	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,66
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 0,00 руб.

28,44 31,91 68,76 679,10 0,26 0,87 7,30 393,5 338,11 499,17 75,69 5,31

ОБЕД

26/2018	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,50	60,04	8,45	580,12	0,02	0,04	9,60		36,26	42,63	21,16	1,35
154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,19	6,97	10,44	113,23	0,08	0,06	20,03	15,0	33,90	57,60	23,00	0,76
307/2018	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	2,84	4,63	14,99	112,92	0,03	0,05	0,33	10,4	37,89	36,09	6,37	0,26
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	0,08	0,01	12,74	51,35			3,52		3,90	1,95	1,06	0,09
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66

Итого по подменю: 219,53

18,51 80,81 119,00 1277,13 0,44 0,34 64,17 63,6 185,68 340,09 110,02 5,94

Итого за день:

46,95 112,72 187,76 1956,23 0,70 1,21 71,47 457,1 523,79 839,26 185,71 11,25

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 28.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" трудовой лагерь

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
347/2018	КОТЛЕТА"ШКОЛЬНАЯ"	100	15,92	13,07	13,81	236,51	0,08	0,14	0,82	15,4	35,08	149,71	19,34	1,69
256/2018	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ*	200	7,52	8,23	48,01	296,18	0,12	0,04		35,6	27,20	64,31	11,61	1,20
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11			2,88		3,19	1,59	0,87	0,07
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66

Итого по подменю: 0,00 руб.

28,06 21,79 101,54 714,44 0,27 0,20 3,70 51,0 77,47 254,61 40,22 3,62

ОБЕД

15/2018	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,89	6,11	2,65	71,72	0,02	0,02	5,69		24,64	29,06	13,86	0,63
95/2018	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,07	6,67	12,81	119,50	0,06	0,07	19,99	15,0	49,43	57,15	25,38	1,18
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,91	17,52	10,37	262,78	0,11	0,17	1,85	27,8	55,79	170,23	23,58	1,61
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,84	7,72	30,89	220,42	0,23	0,12	3,89	28,8	43,44	169,38	109,85	3,88
495/2018	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40

Итого по подменю: 219,53

31,94 38,91 110,05 920,65 0,50 0,41 31,82 71,6 212,15 508,42 194,12 10,26

Итого за день:

60,00 60,70 211,59 1635,09 0,77 0,61 35,52 122,6 289,62 763,03 234,34 13,88

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 29.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" трудовой лагерь

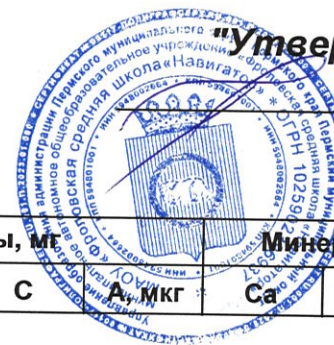
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
230/2018	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	6,62	8,39	33,13	234,49	0,14	0,21	1,46	47,7	149,59	184,91	34,55	1,52
544/2018	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	80	5,66	7,16	48,24	280,04	0,09	0,06	0,09	34,7	21,55	58,02	9,31	0,74
465/2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,81	2,51	14,74	92,75	0,04	0,15	1,30	20,0	120,56	90,18	14,03	0,13
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю: 0,00 руб.			19,65	18,54	125,63	747,92	0,34	0,44	2,85	102,4	303,70	372,11	66,29	3,05

ОБЕД

1/2018	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	1,76	6,09	9,85	101,31	0,03	0,04	41,79		47,15	33,08	17,73	0,63
116/2018	СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3,37	3,06	24,83	140,28	0,15	0,08	21,48		24,93	79,28	30,05	1,27
376/2018	РАГУ С КУРИЦЕЙ	220	20,16	24,98	19,92	385,14	0,23	0,24	25,44	38,4	35,69	230,00	51,80	2,49
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю: 219,53			33,36	35,24	110,89	894,14	0,53	0,39	88,71	38,4	130,43	429,07	119,23	6,48
Итого за день:			53,01	53,78	236,52	1642,06	0,87	0,83	91,56	140,8	434,13	801,18	185,52	9,53

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Чернякевич Е.З./

Меню на 30.05.2025 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" трудовой лагерь

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
372/2018	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,91	17,52	10,37	262,78	0,11	0,17	1,85	27,8	55,79	170,23	23,58	1,61
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
461/2018	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			14,98	59,94					0,45			0,05
590/2013	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(ПЕЧЕНЬЕ)	40	3,40	4,52	27,88	165,80	0,04	0,02		26,0	16,40	34,80	6,00	0,40
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю: 0,00 руб.			27,70	30,57	108,82	821,18	0,41	0,37	32,54	92,0	136,02	359,15	76,76	4,14

ОБЕД

22/2013	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,01	10,17	3,46	109,42	0,06	0,04	22,75		12,74	23,86	18,20	0,82
123/2018	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	7,82	15,06	16,60	233,20	0,11	0,14	16,55	15,2	38,66	152,71	42,45	1,55
189/2008	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	100	19,37	14,48	14,37	265,28	0,07	0,14		28,4	13,11	175,08	21,42	2,53
380/2018	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,36	7,03	18,76	155,72	0,08	0,11	94,59	32,8	110,84	81,90	41,59	1,56
492/2018	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,22	0,05	11,43	47,05	0,01	0,01	5,50		6,70	4,20	2,50	0,31
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю: 219,53			40,85	47,90	110,93	1038,16	0,45	0,47	139,39	76,4	204,40	524,45	145,81	8,83
Итого за день:			68,55	78,47	219,75	1859,34	0,86	0,84	171,93	168,4	340,42	883,60	222,57	12,97

Директор /Банникова Т.Н./

Зав. производством /Журавлева Л.Л./