

Меню (1 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор

2 июня 2025 года.

на 2 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
401	Оладьи 100	100	7,1	7,5	37,8	232,5
	с повидлом	30	0,15		21,24	86,52
173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	200	8,6	12,8	38,2	302,8
376	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	9,9	29,5
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		530	15,98	20,32	107,14	651,32
	ОБЕД					
45	Салат из свежей капусты	60	0,07	1,90	4,50	36,24
102	Суп с бобовыми (горох) на кур.бульоне	200	5,5	5,3	6,56	148,3
260	Гуляш из свинины 60/40	100	10,64	28,19	2,89	309,00
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,80
349	Компот из сухофруктов	200	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		771	29,62	42,55	117,38	981,6
	ПОЛДНИК					
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
Б/Н	печенье	100	25,6	11	85	476,4
	Итого за прием пищи	300	26,6	11	105,2	561,2
	ИТОГО за день	1600	72,2	73,87	329,72	2194,12

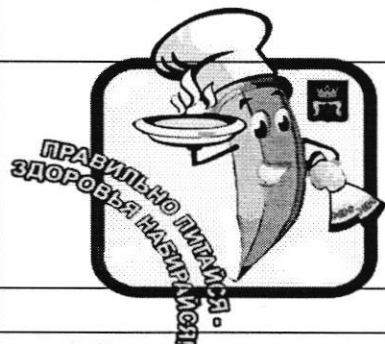
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Тарас



Меню (2день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МОУ СОШ №43 г.Твери
Е.С. Белякова
3 июня 2025 года.

на 3 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
210	Омлет натуральный	150	13,9	24,9	2,7	289,65
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Йогурт фруктовый	125	3,22	2,87	14,95	98,9
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		505	18,62	28,26	32,45	458,95
	ОБЕД					
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	5,4	75,06
99	Суп овощной на мясном бульоне	200	18,17	7,19	7,3	143,1
265	Плов из свинины	220	18,60	41,30	37,90	598,40
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		750	41,13	55,31	107,96	1023,44
	ПОЛДНИК					
0	Плюшка с сахаром	100	7,76	4,72	47,1	262
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
Итого за прием пищи		300	8,76	4,72	67,3	346,8
ИТОГО за день		1505	68,5	88,29	207,71	1829,19

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Гарф





ПРАВИЛЬНО ПИТАЕМСЯ
ЗДОРОВЬЯ НАСТАВЛЯЕМ

Меню (3день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МОУ СОШ №43 г.Тверь
4 июня 2025 года.
Е.С. Белякова

на 4 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
223/219	Запеканка творожная или сырники с повидлом	180	17,01	11,6	53,8	387,45
		30	0,15		21,24	86,52
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,8
	Фруктовое пюре "Фрутто няНя"	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		500	23,66	12,9	102,14	601,17
	ОБЕД					
54-3з	Свежий помидор	60	0,70	0,10	2,30	12,80
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,0
54-23м, № 331	Биточек из курицы с соусом рец. № 331 60/30	60	11,52	2,56	8,08	101,12
	Соус сметанный с томатом	30	0,50	1,50	2,00	24,03
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
343	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,5	7,8	42,0
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	760	24,67	13,86	105,56	674,98
	ПОЛДНИК					
290	Слойка с яблоком	100	6,4	11,8	50,72	333,3
	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	ИТОГО за прием пищи	300	7,4	11,8	70,92	418,1
	ИТОГО за день	1560	55,73	38,56	278,62	1694,25

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

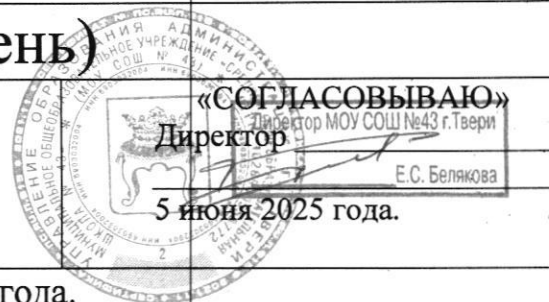
Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова С.Е.



Меню (4день)



на 5 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецепту ры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетичес кая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
398	Блинчики с повидлом 150/50	150	10,3	14,5	54,2	611,9
	повидло	50	0,25		35,4	144,2
	Йогурт фруктовый	125	3,22	2,87	14,95	98,9
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		525	13,87	17,39	111,55	883,6
	ОБЕД					
29	Салат из сырых овощей (морковь,помидоры,огурцы,капуста)	60	0,70	3,60	2,26	44,34
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,25	4,2	8,73	117,5
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		700	21,81	42,57	94,68	843,8
	ПОЛДНИК					
б/н	Пряники	100	2,1	2	21,25	171,7
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Итого за прием пищи	300	3,1	2	41,45	256,5
	ИТОГО за день	1525	38,78	61,96	247,68	1983,9

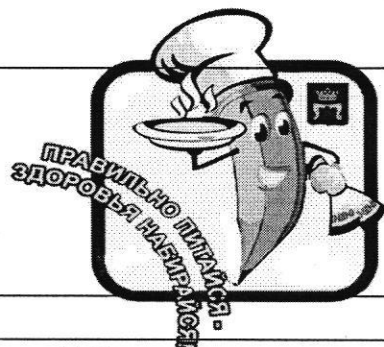
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова



Меню (5 день)



на 6 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
204	Макароны отварные с сыром180/20	200	13,5	15,8	34,1	334,4
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
	Фрукты: яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	500	20,7	17,7	66,2	494,7
	ОБЕД					
19	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	60	0,58	3,60	2,20	42,00
88	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	2,10	4,12	6,32	99,80
278 1 вариант	Тефтели из мяса свинины 60/30	90	12,53	13,8	9,89	220,98
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
54-7ХН	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	40	1,9	0,6	10,4	56
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	780	29,21	28,78	121,61	899,5
	ПОЛДНИК					
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
Б/Н	печенье	100	25,6	11	85	476,4
	Итого за прием пищи	300	26,6	11	105,2	561,2
	ИТОГО за день	1720	76,51	57,48	293,01	1955,4

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл – 300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар)



Меню (бдень)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор МОУ СОШ №43 г. Твери

9 июня 2025 года.

на 9 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	200	6,08	9,8	31,32	237,5
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Йогурт фруктовый	125	3,22	2,87	14,95	98,9
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
	соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		555	11,77	12,99	67,76	435,14
	ОБЕД					
	Свежие овощи : огурец порционный	60	0,48	0,06	1,02	6
84	Суп рыбный из консервов	200	8,76	2,22	17,42	124
251	Поджарка из свинины	90	9,00	28,98	3,33	310,50
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи	740	26,12	37,13	107	822,01
	ПОЛДНИК					
б/н	Пряники	100	2,1	2	21,25	171,7
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Итого за прием пищи	300	3,1	2	41,45	256,5
	ИТОГО за день	1595	40,99	52,12	216,21	1513,65

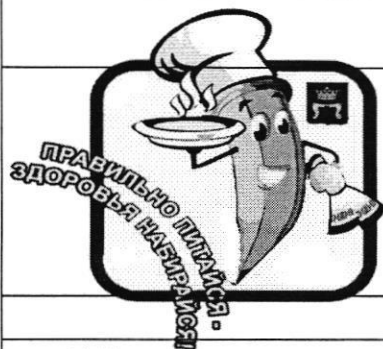
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова



Меню (7день)



на 10 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
399	Блинчики с повидлом 150/30	150	10,3	14,5	54,2	611,9
	повидло	30	0,15		21,24	86,52
б/н	Фрукт; груша	200	0,4	0,3	10,3	47
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		560	16,75	16	102,84	830,72
	ОБЕД					
52	Винегрет овощной с маслом растительным	60	2,56	6,7	3,6	84,8
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,0
288	Куриные окорочка отварные с маслом сливочным 80/10	90	19,20	21,10	0,40	490,44
204	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
54-7ХН	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		760	31,84	38,35	107,41	1153,52
	ПОЛДНИК					
294	Пирожок с яблоком	100	6,5	10,68	37,42	289
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
ИТОГО за прием пищи		300	7,5	10,68	57,62	373,8
ИТОГО за день		1620	56,09	65,03	267,87	2358,04

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл – 300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Григорьев



Меню (8день)



на 11 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
148	Драчена	160	18,9	26,5	10,2	355,2
6	Бутерброд горячий с сыром 50/30	50	6,03	3,67	14,84	117
		30	6,96	8,85		108
379	Кофейный напиток	200	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб ржаной	50	2,3	0,78	13	70
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		490	37,04	42,21	48,8	725,14
	ОБЕД					
43	Салат из овощей (помидор, огурец, капуста, яйцо)	60	1,55	4,43	1,93	53,9
78	Суп картофельный с горохом и гренками 200/30 на курином бульоне	230	6,65	5,06	28,73	188,14
294	Котлета рубленая из мяса птицы	90	15,69	15,08	14,65	257,4
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		760	33,43	30,06	131,72	888,77
	ПОЛДНИК					
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
б/н	Баранки	100	8,5	6	60	330
	Итого за прием пищи	300	9,5	6	80,2	414,8
	ИТОГО за день	1550	79,97	78,27	260,72	2028,71



Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл – 300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Григорьев

Меню (9день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»
 Директор МОУ СОШ №43 г.Твери
 12 июня 2025 года.
 Е.С. Белякова

на 12 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
174	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	6	10,85	42,95	294
287	Ватрушка с повидлом	100	13,9	28,6	2,7	319,2
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		500	20,03	39,47	55,55	642,7
	ОБЕД					
54-3з	Свежий помидор	60	0,70	0,10	2,30	12,80
111	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,72	2,2	15,52	100,88
184	Котлета домашняя с соусом № 331 60/30	60	8,00	14,20	7,04	188,00
	Соус сметанный с томатом	30	1,08	3,80	3,72	54,90
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
54-7ХН	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	760	27,21	27,33	124,35	855,92
	ПОЛДНИК					
б/н	Пряники	100	2,1	2	21,25	171,7
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Итого за прием пищи	300	3,1	2	41,45	256,5
	ИТОГО за день	1560	50,34	68,8	221,35	1755,12

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова С.Е.





Меню (10 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор МОУ СОШ №43 г.Твери
13 июня 2025 года.
Е.С. Белякова

на 13 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
401	Оладьи с повидлом 150/30	150	8,81	8,98	72,79	404,08
		30	0,15		21,24	86,52
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,4
	Фрукт : мандарин	120	1	0,2	9	45,6
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		500	10,06	9,2	110,03	564,6
	ОБЕД					
	Свежие овощи : огурец порционный	60	0,48	0,06	1,02	6
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	200	2,08	4,10	8,70	111,00
54-14р	Котлета рыбная любительская	90	11,60	3,60	5,50	100,98
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб ржаной	40	1,9	5,6	10,4	56
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		760	23,33	18,86	107,88	636,87
	ПОЛДНИК					
295	Пирожок с повидлом	100	6,53	6,9	61,36	329
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Итого за прием пищи	300	7,53	6,9	81,56	413,8
	ИТОГО за день	1560	40,92	34,96	299,47	1615,27

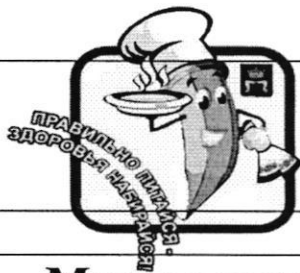
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар)



Меню (1 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор Директор МОУ СОШ №43 г. Твери

16 июня 2025 года

Е.С. Белякова

на 16 июня 2025 года

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
401	Оладьи 100	100	7,1	7,5	37,8	232,5
	с повидлом	30	0,15		21,24	86,52
173	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	200	8,6	12,8	38,2	302,8
376	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	9,9	29,5
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		530	15,98	20,32	107,14	651,32
	ОБЕД					
45	Салат из свежей капусты	60	0,07	1,90	4,50	36,24
102	Суп с бобовыми (горох) на кур.бульоне	200	5,5	5,3	6,56	148,3
260	Гуляш из свинины 60/40	100	10,64	28,19	2,89	309,00
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,09	38,64	243,80
349	Компот из сухофруктов	200	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		771	29,62	42,55	117,38	981,6
	ПОЛДНИК					
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
Б/Н	печенье	100	25,6	11	85	476,4
	Итого за прием пищи	300	26,6	11	105,2	561,2
	ИТОГО за день	1600	72,2	73,87	329,72	2194,12

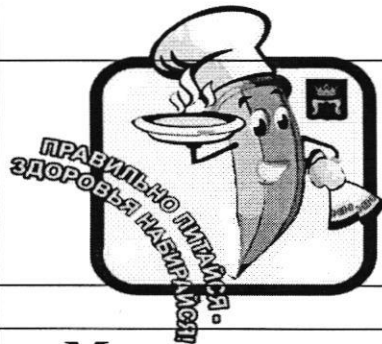
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Т.А.А.



Меню (2день)



на 17 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
210	Омлет натуральный	150	13,9	24,9	2,7	289,65
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Йогурт фруктовый	125	3,22	2,87	14,95	98,9
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		505	18,62	28,26	32,45	458,95
	ОБЕД					
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	5,4	75,06
99	Суп овощной на мясном бульоне	200	18,17	7,19	7,3	143,1
265	Плов из свинины	220	18,60	41,30	37,90	598,40
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		750	41,13	55,31	107,96	1023,44
	ПОЛДНИК					
0	Плюшка с сахаром	100	7,76	4,72	47,1	262
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
Итого за прием пищи		300	8,76	4,72	67,3	346,8
ИТОГО за день		1505	68,5	88,29	207,71	1829,19

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Т.А.А.





Меню (3 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор _____

18 июня 2025 года.

на 18 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
223/219	Запеканка творожная или сырники с повидлом	180	17,01	11,6	53,8	387,45
		30	0,15		21,24	86,52
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,8
	Фруктовое пюре "Фрутто няНя"	90			8,1	32,4
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		500	23,66	12,9	102,14	601,17
	ОБЕД					
54-3з	Свежий помидор	60	0,70	0,10	2,30	12,80
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,0
54-23м, № 331	Биточек из курицы с соусом рец. № 331 60/30	60	11,52	2,56	8,08	101,12
	Соус сметанный с томатом	30	0,50	1,50	2,00	24,03
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
343	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,5	7,8	42,0
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	760	24,67	13,86	105,56	674,98
	ПОЛДНИК					
290	Слойка с яблоком	100	6,4	11,8	50,72	333,3
	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	ИТОГО за прием пищи	300	7,4	11,8	70,92	418,1
	ИТОГО за день	1560	55,73	38,56	278,62	1694,25

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

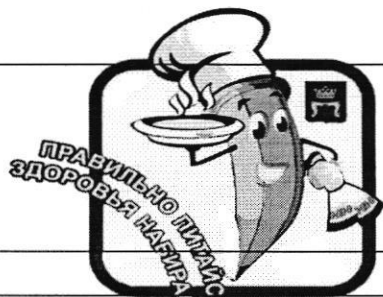
Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Т.С.С.

Меню (4день)



на 19 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецепту ры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
398	Блинчики с повидлом 150/50	150	10,3	14,5	54,2	611,9
	повидло	50	0,25		35,4	144,2
	Йогурт фруктовый	125	3,22	2,87	14,95	98,9
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		525	13,87	17,39	111,55	883,6
	ОБЕД					
29	Салат из сырых овощей (морковь,помидоры,огурцы,капуста)	60	0,70	3,60	2,26	44,34
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,25	4,2	8,73	117,5
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		700	21,81	42,57	94,68	843,8
	ПОЛДНИК					
б/н	Пряники	100	2,1	2	21,25	171,7
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Итого за прием пищи	300	3,1	2	41,45	256,5
	ИТОГО за день	1525	38,78	61,96	247,68	1983,9

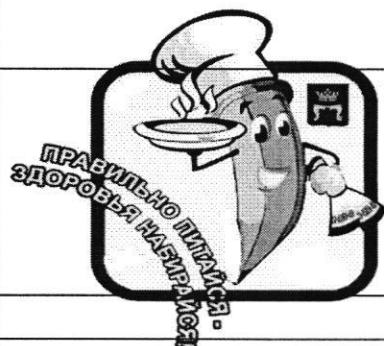
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл – 300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова



Меню (5день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор

Директор МОУ СОШ №1 г. Твери

20 июня 2025 года. Е.С. Белякова

на 20 июня 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
204	Макароны отварные с сыром180/20	200	13,5	15,8	34,1	334,4
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
	Фрукты: яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	500	20,7	17,7	66,2	494,7
	ОБЕД					
19	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	60	0,58	3,60	2,20	42,00
88	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	2,10	4,12	6,32	99,80
278 1 вариант	Тефтели из мяса свинины 60/30	90	12,53	13,8	9,89	220,98
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
54-7ХН	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	40	1,9	0,6	10,4	56
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	Соль иодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	780	29,21	28,78	121,61	899,5
	ПОЛДНИК					
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
Б/Н	печенье	100	25,6	11	85	476,4
	Итого за прием пищи	300	26,6	11	105,2	561,2
	ИТОГО за день	1720	76,51	57,48	293,01	1955,4

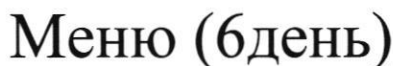
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл – 300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова С.Е.



«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор

Директор МОУ СОШ №43 г.Твери

23 июня 2025 года.

на **23 июня** 2025 года.

Меню завтраков, обедов и полдников для обучающихся 1-4-х классов в пришкольных лагерях

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	200	6,08	9,8	31,32	237,5
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Йогурт фруктовый	125	3,22	2,87	14,95	98,9
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
	соль йодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи:	555	11,77	12,99	67,76	435,14
	ОБЕД					
	Свежие овощи : огурец порционный	60	0,48	0,06	1,02	6
84	Суп рыбный из консервов	200	8,76	2,22	17,42	124
251	Поджарка из свинины	90	9,00	28,98	3,33	310,50
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	ИТОГО за прием пищи	740	26,12	37,13	107	822,01
	ПОЛДНИК					
б/н	Пряники	100	2,1	2	21,25	171,7
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
	Итого за прием пищи	300	3,1	2	41,45	256,5
	ИТОГО за день	1595	40,99	52,12	216,21	1513,65

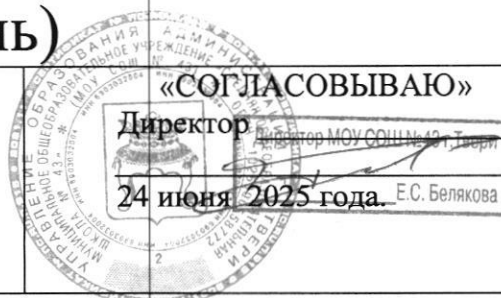
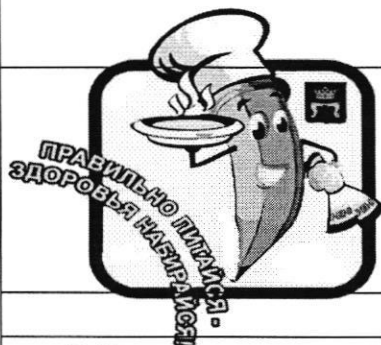
Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл – 300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий
производством (Шеф повар) Лабз



на 24 июня 2025 года.

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
399	Блинчики с повидлом 150/30	150	10,3	14,5	54,2	611,9
	повидло	30	0,15		21,24	86,52
б/н	Фрукт; груша	200	0,4	0,3	10,3	47
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		560	16,75	16	102,84	830,72
	ОБЕД					
52	Винегрет овощной с маслом растительным	60	2,56	6,7	3,6	84,8
96	Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,0
288	Куриные окорочка отварные с маслом сливочным 80/10	90	19,20	21,10	0,40	490,44
204	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
54-7ХН	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	34,8	143,4
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
б/н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Соль иодированная	1				
ИТОГО за прием пищи:		760	31,84	38,35	107,41	1153,52
	ПОЛДНИК					
294	Пирожок с яблоком	100	6,5	10,68	37,42	289
389	Сок	200	1	-	20,2	84,8
ИТОГО за прием пищи		300	7,5	10,68	57,62	373,8
ИТОГО за день		1620	56,09	65,03	267,87	2358,04

Стоимость питания: меню завтрак, обед и полдников 1-4 кл –300,00 руб.

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Руководитель: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова С.Е. Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) Лавренова С.Е.