

УТВЕРЖДАЮ:

/ Руководитель

отдела образования

А.Акмаганбетова

«19» 04 2022 г.



Перспективное двухнедельное меню

на летний пришкольный лагерь

2022 год

1 неделя

1 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|-------------------|---------------------------|----------------------------|
| Биточки мясные | 75/5 | 85-95/5 |
| Рис припущенный | 100 | 130/150 |
| Чай с медом | 200/5 | 200/5 |
| Хлеб | 20 | 35/40 |
| Фрукты | 100 | 100 |

2 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|-------------------|---------------------------|----------------------------|
| Салат из капусты | 60 | 80/100 |
| Жаркое с курицей | 150/50 | 180-200/50 |
| Сузбеше | 50 | 50 |
| Хлеб | 20 | 35/40 |
| Сок натур | 200 | 200 |

3 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|---------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Салат витаминный | 60 | 80/100 |
| Котлета мясная (говядина) | 75/5 | 85-95/5 |
| Макароны отварные | 100 | 130/150 |
| Хлеб | 20 | 35/40 |
| Кисель | 200 | 200 |

4 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|--|---------------------------|----------------------------|
| Салат из моркови | 60 | 80/100 |
| Рыба тушеная (минтай) в томатном соусе | 80 | 90/100 |
| Пюре картофельное | 100 | 130/150 |
| Хлеб | 20 | 35/40 |
| Чай с медом | 200/5 | 200/5 |

5 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Каша молочная рисовая | 200 | 220 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 20/10/10 | 35/10/10 |
| Сузбеше | 50 | 50 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 |
| фрукты | 100 | 100 |

2 неделя

1 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|-------------------|---------------------------|----------------------------|
| Тефтели мясные | 75/5 | 85-95/5 |
| Гречка отварная | 100 | 130/150 |
| Сузбеше | 50 | 50 |
| Сок натуральный | 200 | 200 |
| Хлеб | 20 | 35-40 |

2 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|-------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Салат из моркови | 60 | 80/100 |
| Мясо тушеное (говядина) | 60 | 80/100 |
| Макаронны отварные | 100 | 130/150 |
| Чай с медом | 200/5 | 200/5 |
| Хлеб | 20 | 35-40 |

3 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|-------------------|---------------------------|----------------------------|
| Салат витаминный | 60 | 80/100 |
| Плов из курицы | 150/50 | 180-200/50 |
| Кисель | 200 | 200 |
| Хлеб | 20 | 35-40 |
| фрукты | 100 | 100 |

4 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|-------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Салат из свежих огурцов | 60 | 80/100 |
| Тефтели рыбные | 80 | 90/100 |
| Пюре картофельное | 100 | 130/150 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 |
| Хлеб | 20 | 35-40 |

5 день

| Наименование блюд | Выход блюда, гр. 6-11 лет | Выход блюда, гр. 12-18 лет |
|----------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Каша Дружба | 200 | 220 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 20/10/10 | 35/10/10 |
| Сузбеше | 50 | 50 |
| Чай с медом | 200/5 | 200/5 |
| Хлеб | 20 | 35-40 |