

СОГЛАСОВАНО

*Директор*

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

5-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
1/2015	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2.45	7.55	14.6	136
189/08	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4.7	5.4	20.5	179
TK059	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.4	0.1	7.2	20
TK016	ПРЯНИК ФРУКТОВЫЙ	40	13.3	13.6	29.8	166
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88

545 27.1 29.1 82.7 589.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ОБЕД						
27/08	САЛАТ ИЗ СЫРА ,ЯБЛОК, И ОГУРЦОВ	60	5.5	8.2	2.1	105
97/08	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ КУРЫ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/40	5	4.5	15.7	153.2
235/08	РЫБА ,ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	280	21.6	16.2	27.5	442.2
TK063	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	0.44	0.02	27.8	118
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

880 39.6 30.5 124. 1078.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
479/08	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	11.8	5.6	46.8	288
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK065	СЛИВА СВЕЖАЯ	150	1.2	0.45	14.4	78

450 18.6 11.0 70.6 472.0

Цена 463.16 белки 85.38г жиры 70.72г у/в 278.1г э/ц 2139.2ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

5-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
1/2015	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2.45	7.55	14.6	136
189/08	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7.2	8.3	31.4	299
TK059	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.4	0.1	7.2	20
TK016	ПРЯНИК ФРУКТОВЫЙ	40	13.3	13.6	29.8	166
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88

645 29.6 32.0 93.6 709.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
27/08	САЛАТ ИЗ СЫРА ,ЯБЛОК,И ОГУРЦОВ	100	9.1	11.7	3.5	175
97/08	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ КУРЫ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/40	6	5.4	19	201
235/08	РЫБА ,ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	280	21.6	16.2	27.5	442.2
TK063	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	0.44	0.02	27.8	118
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

970 44.2 34.9 129. 1196.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
479/08	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	11.8	5.6	46.8	288
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK065	СЛИВА СВЕЖАЯ	150	1.2	0.45	14.4	78

450 18.6 11.0 70.6 472.0

Цена 539.32 белки 92.48г жиры 78.02г у/в 293.7г э/ц 2377 ккал

Директор:  
/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

6-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
210/15	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13.9	24.8	2.6	289.0
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK014	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.52	0.56	13.1	62.4
TK083	ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ	40	3.8	3.8	28.8	130
TK082	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0.6	0.6	15.2	70.2
		600	27.4	37.5	78.4	710.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
TK020	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.5	2.4	4.37	40.7
84/08	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10	6	8.1	7.5	168.4
291/15	ПЛОВ ИЗ КУРЫ	290	12.7	15.1	48.8	444.3
TK070	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.02	6.9	91
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8
		880	26.6	27.2	119.	1004.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
464/08	СДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	7.2	4.3	53.2	289
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	1		25.4	120
TK072	ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	150	1.65	0.6	15.9	69
		450	9.85	4.90	94.5	478.0

Цена 463.16 белки 64.02г жиры 69.64г у/в 292.1г э/ц 2192.2ккал



Зав. производством:  
/Барашкова А.П./

Калькулятор:   
/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

6-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
210/15	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	18.5	33.1	3.5	386.2
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK014	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.52	0.56	13.1	62.4
TK083	ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ	40	3.8	3.8	28.8	130
TK082	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0.6	0.6	15.2	70.2
		650	32.0	45.8	79.3	807.2

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
TK020	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	130	1.1	5.2	9.4	88.2
84/08	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20/10	7.3	9.8	9.1	204.9
291/15	ПЛОВ ИЗ КУРЫ	290	12.7	15.1	48.8	444.3
TK070	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.4	0.02	6.9	91
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8
		1000	28.5	31.7	125.	1088.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
464/08	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	7.2	4.3	53.2	289
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	1		25.4	120
TK072	ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	150	1.65	0.6	15.9	69
		450	9.85	4.90	94.5	478.0

Цена 539.32 белки 70.52г жиры 82.44г у/в 299.7г э/ц 2373.4ккал



Директор:

/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

7-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
TK/23	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2.51	3.93	28.8	161
222/15	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ	160	24.2	17.2	38.9	300
TK073	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0.12	0.02	10.2	21
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88
TK074	ЗЕФИР	50	0.4	0.1	39.9	83

585 33.5 23.7 128. 653.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ОБЕД						
19/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0.42	6.1	1.4	62
106/08	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20	5.6	6.5	9.9	206.2
260/15	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	140	14.9	23.5	4	234
302/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.5	6	39	243
TK076	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0.16	0.2	7.9	96.8
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

870 36.6 43.9 113. 1101.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
471/08	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	7.2	6	54	300
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK080	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1.4	0.27	12.2	64.5

450 14.2 11.2 75.6 470.5

Цена 463.16 белки 84.4 г жиры 78.92г у/в 317.9г э/ц 2225.3ккал



Директор:

/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

7-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
TK/23	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2.51	3.93	28.8	161
222/15	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ	210	31.8	22.6	51.1	394
TK073	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0.12	0.02	10.2	21
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88
TK074	ЗЕФИР	50	0.4	0.1	39.9	83

635 41.1 29.1 140. 747.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
19/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0.7	10.1	2.3	103
106/08	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20	6.94	5.73	16.8	253
260/15	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	150	15.9	25.1	4.3	250
302/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11.4	3.1	56.5	242
TK076	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0.16	0.2	7.9	96.8
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

1020 42.1 45.8 139. 1204.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
471/08	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	7.2	6	54	300
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK080	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1.4	0.27	12.2	64.5

450 14.2 11.2 75.6 470.5

Цена 539.32 белки 97.52г жиры 86.25г у/в 355.7г э/ц 2422.1ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./



СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

8-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
1/2015	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2.45	7.55	14.6	136
206/15	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	180	8.8	8.4	27.3	244.4
TK079	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	6.2	27
TK061	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.9	1.2	12.5	106
TK069	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.4	9.8	47

530 15.4 20.0 70.4 560.4

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ОБЕД						
25/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0.7	6.1	6.2	64
89/08	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20/10	6.8	7.6	14.3	246
229/15	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	11.4	2.9	3.8	103
335/08	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.3	141
TK081	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.2	0.0	6.4	68
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

840 29.2 23.6 102. 881.8

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
453/08	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	9.3	11	12	292
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	200	1		25.4	120
TK065	СЛИВА СВЕЖАЯ	150	1.2	0.45	14.4	78

450 11.5 11.4 51.8 490.0

Цена 463.16 белки 56.24г жиры 55.1 г у/в 224.9г э/ц 1932.2ккал



Директор:

/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

8-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
	ЗАВТРАК					
	=====					
1/2015	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2.45	7.55	14.6	136
206/15	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	220	10.8	10.1	33.4	295
TK079	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	6.2	27
TK061	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.9	1.2	12.5	106
TK069	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.4	9.8	47

570 17.4 21.7 76.5 611.0

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
	ОБЕД					
	=====					
25/08	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	1.1	5.1	3.6	106
89/08	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20/10	7.2	7.2	17.4	333
229/15	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	11.4	2.9	3.8	103
335/08	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4.1	6.4	27.3	188
TK081	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.2	0.0	6.4	68
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

980 31.0 23.2 110. 1057.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
	ПОЛДНИК					
	=====					
453/08	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	9.3	11	12	292
TK077	СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	200	1		25.4	120
TK065	СЛИВА СВЕЖАЯ	150	1.2	0.45	14.4	78

450 11.5 11.4 51.8 490.0

Цена 539.32 белки 60.04г жиры 56.4 г у/в 238.5г э/ц 2158.8ккал

Директор:   
/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./



СОГЛАСОВАНО



НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июня 2023г

9-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (7-11 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
190/08	КАША "ДРУЖБА"	150	4.7	7.5	20.1	168
TK066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
TK083	ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ	40	3.8	3.8	28.8	130
TK060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88

555 22.4 21.5 78.2 544.4

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ОБЕД						
61/15	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ	60	0.8	3.1	6.5	74
106/15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/35	5.3	2.9	14.9	149
34/12	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	100	22.4	9.8	9	288
360/16	РАГУ ОВОЩНОЕ С КАБАЧКАМИ И ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	150	2.8	6.1	15.7	153
TK085	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0.1	0.2	40.2	117
TK056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
TK012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

845 38.4 23.7 138. 1040.

Рецеп-тура	Наименование	Выход (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
477/08	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	4.7	6.8	11.9	296
TK071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
TK084	БАНАН СВЕЖИЙ	200	2.14	0.71	30	192


500 12.4 12.5 51.3 594.0

Цена 463.16 белки 73.39г жиры 57.77г у/в 267.5г э/ц 2179.2ккал



Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор: 

/Данилова И.Н./

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ /Терентьева О.В./

" 05 " июне 2023г

9-Июня-2023 г.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ (12-18 ЛЕТ)  
ГБОУ СОШ № 493 Кировского района Санкт-Петербурга

## М Е Н Ю

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ЗАВТРАК						
3/2015	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.16	6.46	13.1	134.4
190/08	КАША "ДРУЖБА"	200	6.2	10	26.8	224
ТК066	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	5.6	24
ТК083	ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ	40	3.8	3.8	28.8	130
ТК060	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ	125	6.3	2.5	10.6	88

605 23.9 24.0 84.9 600.4

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ОБЕД						
61/15	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ	100	1.3	5.1	10.9	123.3
106/15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/35	6.4	3.5	18	181
34/12	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	100	22.4	9.8	9	288
360/16	РАГУ ОВОЩНОЕ С КАБАЧКАМИ И ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	200	4	8.1	21	205
ТК085	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0.1	0.2	40.2	117
ТК056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
ТК012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.04	1.12	26.2	124.8

985 41.2 28.3 150. 1174.

Рецептура	Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ПОЛДНИК						
477/08	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	100	4.7	6.8	11.9	296
ТК071	МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	200	5.6	5	9.4	106
ТК084	БАНАН СВЕЖИЙ	200	2.14	0.71	30	192

500 12.4 12.5 51.3 594.0

Цена 539.32 белки 77.69г жиры 64.87г у/в 287 г э/ц 2368.5ккал



/Клименкова А.А./

Зав. производством:

/Барашкова А.П./

Калькулятор:

/Данилова И.Н./