

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ГБОУ ЛО "Лесобиржская школа-интернат"

И.Ю. Пименова
23.05.2024 года



Лагерь "Маленькая страна"
ГБОУ ЛО "Лесобиржская школа-интернат"
с 3.06.2024 по 24.06.2024

десятидневное меню

| 1 день понедельник | | 2 день вторник | | 3 день среда | | 4 день четверг | | 5 день пятница | |
|--|-----|--|-----|--|-----|---|-----|----------------------------------|-----|
| Завтрак 1 | | | | | | | | | |
| Каша молочная геркулесовая с маслом | 200 | Запеканка из творога | 180 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200 | Омлет натуральный, | 200 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200 |
| Какао-напиток, на молоке | 200 | Чай с сахаром с лимоном | 200 | Кофейный напиток с молоком | 200 | Чай с сахаром с лимоном | 200 | Кофейный напиток с молоком | 200 |
| Булка с маслом | 110 | Бутерброд с сыром | 130 | Булка с маслом | 110 | Бутерброд с сыром | 130 | Булка с маслом | 110 |
| Яйцо вареное | 40 | | | | | | | Яйцо вареное | 40 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| Творожный десерт | 200 | Йогурт | 200 | Йогурт | 200 | Творожный десерт | 130 | Йогурт | 120 |
| фрукт Яблоко | 130 | фрукт Груша | 185 | фрукт Яблоко | 185 | фрукт Груша | 185 | фрукт Банан | 185 |
| булочка с маком | 185 | Пирожки печеные с яблоком | 100 | Пирожки печеные из дрожжевого теста с капустой | 100 | Пирожки печеные из теста дрожжевого с рисом и яйцом | 100 | булочка с изюмом | 50 |
| Обед | | | | | | | | | |
| Рассольник ленинградский на мясном бульоне | 250 | Суп гороховый на мясном бульоне | 250 | Щи по уральски куринный бульон | 250 | Суп овощной на мясном бульоне | 250 | Суп рыбный | 250 |
| Гуляш из отварного мяса | 100 | Котлеты особые | 100 | Тефтели рыбные с соусом | 100 | Азу из мяса отварного | 100 | Котлеты особые | 100 |
| Макароны отварные | 180 | Картофельное пюре | 180 | Рис отварной | 180 | Макароны отварные | 180 | Картофельное пюре | 180 |
| Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром) | 60 | Салат из свежих овощей с растительным маслом | 60 | Салат из свеклы с маслом растительным | 60 | Салат из свежих овощей с растительным маслом | 60 | Огурцы свежие | 60 |
| Кисель | 200 | Компот из плодов свежих фруктов | 200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | Кисель | 200 | Компот из плодов свежих фруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 |

| 6 день понедельник | | 7 день вторник | | 8 день среда | | 9 день четверг | | 10 день пятница | |
|--|-----|--|-----|--|-----|---|-----|--|-----|
| Завтрак 1 | | | | | | | | | |
| Каша молочная манная с маслом | 200 | Омлет натуральный, | 200 | Каша молочная ассорти с рисом и пшеном с маслом | 200 | Запеканка из творога | 180 | Каша молочная пшенная с маслом | 200 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200 | Какао-напиток, на молоке | 200 | Чай с сахаром с лимоном | 200 | Кофейный напиток с молоком | 200 | Чай с сахаром с лимоном | 200 |
| Бутерброд с сыром | 130 | Бутерброд с сыром | 130 | Булка с маслом | 110 | Бутерброд с сыром | 130 | Булка с маслом | 110 |
| | | | | Яйцо вареное | 40 | | | Яйцо вареное | 40 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | |
| Творожный десерт | 130 | йогурт питьевой | 125 | Творожный десерт | 130 | йогурт питьевой | 125 | йогурт десерт | 105 |
| фрукт Банан | 185 | фрукт Груша | 185 | фрукт Яблоко | 185 | фрукт Банан | 185 | фрукт Яблоко | 185 |
| булочка с маком | 50 | Пирожки печеные с яблоком | 100 | булочка с изюмом | 50 | Пирожки печеные из теста дрожжевого с рисом и яйцом | 100 | пирожок с капустой | 130 |
| Обед | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с клецками куриный бульон | 250 | Щи из свежей капусты мясной бульон | 250 | Борщ со свежей капустой и картофелем на мясном бульоне | 250 | Суп с макаронами на мясном бульоне | 250 | Суп рыбный | 250 |
| Биточки из печени в сметанном соусе | 100 | Тефтели мясные с соусом | 100 | Гуляш из отварного мяса | 100 | Котлеты рыбные | 100 | Бефстроганов из отварного мяса | 100 |
| Рис отварной | 180 | Картофельное пюре | 180 | Макароны отварные | 180 | Картофельное пюре | 180 | Макароны отварные | 180 |
| Салат из свежих овощей с растительным маслом | 60 | Салат из свежих овощей с растительным маслом | 60 | Огурцы свежие | 60 | Салат из свеклы с яблоком | 60 | Салат из свежих овощей с растительным маслом | 60 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | Кисель | 200 | Компот из плодов свежих фруктов | 200 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | Компот из плодов свежих фруктов | 200 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 | Хлеб ржано-пшеничный | 70 |