Утверждаю

Начальник дневного оздоровительного лагеря «РЭЙ»

при МКОУ «Комсомольская СОШ»Кизилюртовского района РД

Исрапилова С.А.

**Меню**

 **08.06.2022г.-14.06.2022г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **08.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **№** | **11.06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **1** | Банан | 1 | **1** | Овощная нарезка (пом.огурцы) | 50/50 |
| **2** | Каша пшеничнаяс маслом | 200/15 | **2** | Борщ на м/б | 1/200 |
| **3** | Сыр «Гауда» | 1/20 | **3** | Курин.филеотварн.с макаронами | 100/150 |
| **4** | Чай с лимоном | 1/200 | **4** | Компот из свеж.фруктов | 1/200 |
| **5** | Масло сливочн. | 1/10 | **5** | Хлеб  | 1/60 |
| **6** | хлеб | 1/60 | **№** | **12.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **№** | **08.06. - обед** | **Выход в гр.** | **1** | яблоко | 1 |
| **1** | Овощная нарезка | 1/100 | **2** | Каша рисовая на молоке | 1/160 |
| **2** | Суп харчо.на м/б | 1/200 | **3** | Масло сливочн. | 1/10 |
| **3** | Макароны отварн. | 1/150 | **4** | Чай с лимоном | 1/200 |
| **4** | Сосиска отварн. | 1/200 | **5** | Хлеб | 1/60 |
| **5** | Сок с трубочкой | 1 | **№** | **12.06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **6** | хлеб | 1/60 | **1** | Салат из морк.и яблок | 1/100 |
| **№** | **09.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **2** | Суп вермиш.накур./б | 1/200 |
| **1** | «Обыкновеннное чудо» | 1 | **3** | Котлета  | 1/80 |
| **2** | Суп вермишель. на молоке | 1/200 | **4** | Каша гречневая | 1/150 |
| **3** | Чай с лимоном | 1/200 | **5** | Компот из сухофруктов | 1/200 |
| **4** | Масло сливочн. | 1/10 | **6** | хлеб | 1/60 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **№** | **13.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **№** | **09.06. - обед** | **Выход в гр.** | **1** | Булка | 1 шт |
| **1** | Овощная нарезка | 1/100 | **2** | Суп вермиш.на молоке | 1/200 |
| **2** | Суп перлов. на м/б | 1/200 | **3** | Масло сливочн. | 1/10 |
| **3** | Голубцы с мясом | 1/302 | **4** | Сыр «Гауда» | 1/20 |
| **4** | Компот из свеж.яблок | 1/200 | **5** | Чай с лимоном | 1/200 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **6** | Хлеб | 1/60 |
| **№** | **10.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **№** | **13. 06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **1** | Булка с начинкой | 1 шт. | **1** | Овощная нарезка (помид.огурцы) | 50/50 |
| **2** | Сыр «Гауда» | 1/20 | **2** | Борщ из свеж.капусты | 1/200 |
| **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 | **3** | Картоф.пюре | 1/150 |
| **4** | Шоколад. коктейль «Чудо» | 1шт | **4** | Бефстроганов  | 50/50 |
| **№** | **10.06. - обед** | **Выход в гр.** | **5** | Нат. сок с трубочкой | 1 |
| **1** | Салат из свеж.капусты | 1/100 | **6** | хлеб | 1/60 |
| **2** | Суп гороховый на м/б | 1/200 | **№** | **14.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **3** | Плов из говядины | 1/80 | **1** | Суп молочн. с рисом | 1\200 |
| **4** | компот из свежих фруктов | 1/200 | **2** | Масло сливочн. | 1/10 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 |
| **№** | **11.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **4** | Хлеб  | 1/60 |
| **1** | Шокол. «Обыкн.чудо» | 1 | **№** | **14. 06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **2** | Каша пшенная | 1/200/15 | **1** | Салат из свеж.капусты | 1/100 |
| **3** | Масло сливочн. | 1/10 | 2 | Рассольник со сметаной | 1/200 |
| **4** | Чай с лимоном | 1/200 | 3 | Макароны отвар.сосискаотварн. | 150/80 |
| **5** | хлеб | 1/60 | 4 | Компот из сухофруктов | 1/200 |
|  |  |  | 5 | Хлеб | 1/60 |

**Ст.повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 *подпись расшифровка подписи*

Утверждаю

Начальник дневного оздоровительного лагеря «РЭЙ»

при МКОУ «Комсомольская СОШ»Кизилюртовского района РД

Исрапилова С.А.

**Меню**

 **15.06.2022г.-21.06.2022г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **15.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **№** | **18.05. - обед** | **Выход в гр.** |
| **1** | Груша | 1 | **1** | Овощная нарезка (пом.огурцы) | 50/50 |
| **2** | Суп молочн.рисовый | 1/200 | **2** | Суп-лапша на кур/б  | 1/200 |
| **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 | **3** | Чиляв с фасол. говядины | 1/200 |
| **4** | Масло сливочн. | 1/10 | **4** | Компот из сухофруктов | 1/200 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **5** | Хлеб  | 1/60 |
| **№** | **15.06. - обед** | **Выход в гр.** | **№** | **19.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **1** | Овощная нарезка | 50/50 | **1** | Мороженое  | 1 |
| **2** | Суп хинкал..на м/б | 1/200 | **2** | Каша пщеничная | 1/150 |
| **3** | Плов из кур.грудки | 1/210 | **3** | Масло сливочн. | 1/10 |
| **4** | Компот из сухофруктов | 1/200 | **4** | Чай с лимоном | 1/200 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **5** | Хлеб | 1/60 |
| **№** | **16.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **№** | **19.06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **1** | Чай калмыкский | 1/200 | **1** | Нарезка овощн. | 50/50 |
| **2** | Яйцо варенное  | 1 шт. | **2** | Суп горох. на кур./б | 1/200 |
| **3** | Сыр «Гауда» | 1/20 | **3** | Бифштекс рублен. | 1/53 |
| **4** | Хлеб  | 1/60 | **4** | Каша гречневая | 1/150 |
| **№** | **16.06. - обед** | **Выход в гр.** | **5** | Сок натур.с труб. | 1 |
| **1** | Овощная нарезка | 50/50 | **6** | хлеб | 1/60 |
| **2** | Суп фасолевый. на м/б | 1/200 | **№** | **20.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **3** | Голубцы с мясом | 1/302 | **1** | Булка  | 1 шт |
| **4** | Сок натур. С труб. | 1 | **2** | Каша рисов.на молоке | 1/150 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **3** | Масло сливочн. | 1/10 |
| **№** | **17.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **4** | Яйцо варен. | 1 |
| **1** | Груша  | 1 шт. | **5** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 |
| **2** | Булка с начинкой | 1/20 | **6** | Хлеб | 1/60 |
| **3** | Сыр «Гауда» | 1/20 | **№** | **20. 06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **4** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 | **1** | Овощная нарезка (помид.огурцы) | 50/50 |
| **№** | **17.06. - обед** | **Выход в гр.** | **2** | Суп харчо с мясом  | 1/200 |
| **1** | Нарезка овощная | 50/50 | **3** | Макароны отварн. | 1/150 |
| **2** | Борщ из свеж.капус. на м/б | 1/200 | **4** | Сосиска отварн. | 1/80 |
| **3** | Гуляш  | 80/75 | **5** | Сок из свеж.фруктов | 1/200 |
| **4** | Картоф.пюре | 1/150 | **6** | хлеб | 1/60 |
| **5** | компот из свежих фруктов | 1/200 | **№** | **21.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
|  | хлеб | 1/60 | **1** | Каша гречнев.на молоке | 1\150 |
| **№** | **18.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **2** | Масло сливочн. | 1/10 |
| **1** | Каша пшенная | 1/150 | **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 |
| **2** | Яйцо варен. | 1 | **4** | Хлеб  | 1/60 |
| **3** | Масло сливочн. | 1/10 | **№** | **21. 06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **4** | Чай с лимоном | 1/200 | **1** | Салат из свеж.капусты | 1/100 |
| **5** | хлеб | 1/60 | 2 | Суп фасолевый на м/б | 1/200 |
|  |  |  | 3 | Голубцы с мясом | 1/302 |
|  |  |  | 4 | Сок натур.с трубочкой | 1 |
|  |  |  | 5 | Хлеб | 1/60 |

**Ст.повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 *подпись расшифровка подписи*

Утверждаю

Начальник дневного оздоровительного лагеря «РЭЙ»

 при МКОУ «Комсомольская СОШ»Кизилюртовского района РД

Исрапилова С.А.

 **Меню**

**на 22.06.2022г.-28.06.2022г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **22.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **№** | **25.06 - обед** | **Выход в гр.** |
| **1** | Булка | 1 | **1** | Огурцы свежие | 1/100 |
| **2** | Каша пшеничная с маслом | 200/15 | **2** | Суп чечевичн.на м/б | 1/200 |
| **3** | Сыр «Гауда» | 1/20 | **3** | Плов  | 1/150 |
| **5** | Чай, хлеб | 1/20; 1/60 | **4** | Компот из сухофруктов | 1/200 |
| **№** | **22.06. - обед** | **Выход в гр.** | **5** | хлеб | 1/60 |
| **1** | Овощная нарезка | 1/100 | **№** | **26.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **2** | Суп горох.на м/б | 1/200 | **1** | Каша рисовая на молоке | 1/160 |
| **3** | Голубцы из говядины | 302/125 | **2** | Яйцо варен. | 1/40 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **3** | Чай с лимоном | 1/200 |
| **№** | **23.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **4** | Хлеб | 1/60 |
| **1** | Банан | 1 | **5** | Шоколадка «Кит-кат» | 1 |
| **2** | Суп вермишель. на молоке | 1/200 | **№** | **26.06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 | **1** | Салат из свеж.капусты | 1/100 |
| **4** | Масло сливочн. | 1/10 | **2** | Фасолевый суп на м/б | 1/200 |
| **5** | хлеб | 1/60 | **3** | Гуляш из говядины | 80/75 |
| **№** | **23.06. - обед** | **Выход в гр.** | **4** | Гречневая каша | 1/150 |
| **1** | Огурцы свежие | 1/100 | **5** | Компот из свеж.яблок | 1/200 |
| **2** | Щи из свеж.капуст со смет. | 1/200 | **6** | Хлеб | 1/60 |
| **3** | Каша пшеничная | 1/200 | **№** | **27.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **4** | Курин.грудинки отварн. | 1/100 | **1** | Каша перловая | 1/200/15 |
| **5** | Компот из сухофркутов | 1/200 | **2** | Масло сливочн. | 1/10 |
|  | хлеб | 1/60 | **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 |
| **№** | **24.06. - завтрак** | **Выход в гр.** | **4** | Хлеб | 1/60 |
| **1** | булка | 1 шт. | **5** | булка | 1 шт |
| **2** | Сыр «Гауда» | 1/20 | **№** | **27. 06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **3** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 | **1** | Овощная нарезка | 50\50 |
| **4** | яблоко | 1шт | **2** | Борщ из свеж.капусты | 1/200 |
| **№** | **24.06. - обед** | **Выход в гр.** | **3** | Картоф.пюре  | 1/150 |
| **1** | Свеж.помидор. | 1/100 | **4** | Бефстроганов  | 50/50 |
| **2** | Суп вермищ. с кур.мясом. | 1/200 | **5** | Сок  | 1 |
| **3** | Сосиска отварная | 1/80 | **6** | хлеб | 1/60 |
| **4** | Макароны отварн.с маслом. | 1/200 | **№** | **28.06. - завтрак** | **Выход в гр.** |
| **5** | компот из свежих фруктов | 1/200 | **1** | Булка | 1 |
| **6** | хлеб | 1/60 | **2** | Каша пшеничнаяс маслом | 200/15 |
| **№** | **25.06 - завтрак** | **Выход в гр.** | **3** | Сыр «Гауда» | 1/20 |
| **1** | Каша «Геркулес» | 1/200/15 | **4** | Чай с лимоном | 1/200 |
| **2** | Какао на сгущ.молоке | 1/200 | **5** | хлеб | 1/60 |
| **3** | Масло сливочн. | 1/10 | **№** | **28.06. - обед** | **Выход в гр.** |
| **4** | Хлеб | 1/60 | **1** | Овощная нарезка | 1/100 |
| **5** | Молочн.йогурт «Чудо» | **1** | **2** | Суп горох.на м/б | 1/200 |
|  |  |  | **3** | Голубцы из говядины | 302/125 |
|  |  |  | **4** | Компот из свеж.яблок | 1/200 |
|  |  |  | **5** | хлеб | 1/60 |

**Ст.повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 *подпись расшифровка подписи*