

«УТВЕРЖДАЮ»

ООО «Детская загородная оздоровительная
база «Ручеек»»

Четвертнов А.И.

«СОГЛАСОВАНО»

И.о.директора МКОУ Лозновской СШ

Иванова Е.И.

МЕНЮ

На « 04 » 05 2022г.

	Наименование блюد	Выход (в гр)	Энер- цен- ность (ккал	Выход (в гр)	Энер- цен- ность (ккал
	Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
1	КОТЛЕТА ИЗ ПОВЯДЫНЫ	90	230	100	230
2	Макаронь отварные	150	253	180	263
3	ЧАЙ	180	118	200	118
4	Закуска(овощи отварные, соленые,свежие)	60	30	100	50,00
5	Хлеб РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	83,16	50	83,16
	Итого		784,66		814,66



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



«УТВЕРЖДАЮ»

ООО «Детская загородная оздоровительная
база «Ручеек»»

Четвертнов А.И.

«СОГЛАСОВАНО»

И.о. директора МКОУ Лозновской СШ

Иванова Е.И.

МЕНЮ

На « 06 » 05 2022г.

	Наименование блюд	Выход (в гр)	Энер цен- ность (ккал	Выход (в гр)	Энер цен- ность (ккал
	Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
1	Каша манная молочная с маслом	150/5	112	200/10	211
2	Сыр порция	20	80	20	80
3	КАКАО С МОЛОКОМ	200	58	200	58
5	ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	99,68	50	99,68
6					
	Итого		472,98		571,98

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



«УТВЕРЖДАЮ»

ООО «Детская загородная оздоровительная база «Ручеек»»

Четвертнов А.И.

«СОГЛАСОВАНО»

И.о.директора МКОУ Лозновской СП

Иванова Е.И.

МЕНЮ

На « 05 » 05 2022г.

	Наименование блюد	Выход (в гр)	Энер- цен- ность (ккал	Выход (в гр)	Энер- цен- ность (ккал
	Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
1	Закуска(овощи отварные, соленые,свежие)	60	30	100	50,00
2	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ КОТЛЕТА КУРИНАЯ	90	271	100	271
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	303	200	348
4	Компот из сухофруктов	200	124	200	124
5	Хлеб пшеничный	40	99,68	50	99,68
Итого			874,68		939,68

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООЗ «ДЗОВ «Ручеек»
А.И. Четвертнов/

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
/Иванова Е.И./

3 день

11.05.2022 г.

День: среда

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценности (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Котлета рубленая из говядины	90	10,08	8,64	10,17	162,36	
2	Макароны отварные	200	6,7	9,78	44,2	269,33	
3	Закуска(овощиотварные,соленые,свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,20	0,40	19,80	92,00	
	Итого	590	20,38	19,02	90,77	593,65	77,09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек»
/ А.И. Четвертнов/

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
/ Иванова Е.И./

4 день

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

12.05.2022г.

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Рыба тушеная в томат. соусом с овощами	120	21,28	13,86	10,43	239,4	
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,03	6,36	28,50	187,50	
3	Закуска(овощи отварные ,соленые, свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
5	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
6	Итого	570	31,71	21,62	76,13	601,56	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено: Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек» А.И. Четвертнов/ (подпись)	Согласовано: И.о. директора МКОУ Лозновской СП /Иванова Е.И./ (подпись)
---	--

5 день

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

13.05.2022г.

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Каша овсяная молочная	150	4,34	6,75	19,26	154,46	
2	Яйцо вареное	шт (40)	5,10	4,60	0,30	63,00	
3	Масло сливочное(порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	
4	Какао с молоком	200	3,55	3,66	25,46	145,05	
5	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
6	Итого	440	16,07	23,46	65,75	533,21	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)



Утверждено:

Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек»

А.И. Четвертнов/

(ФИО)

Согласовано:

И.о.директора МКОУ Лозновской СШ

Иванова Е.И./

(ФИО)

6 день

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

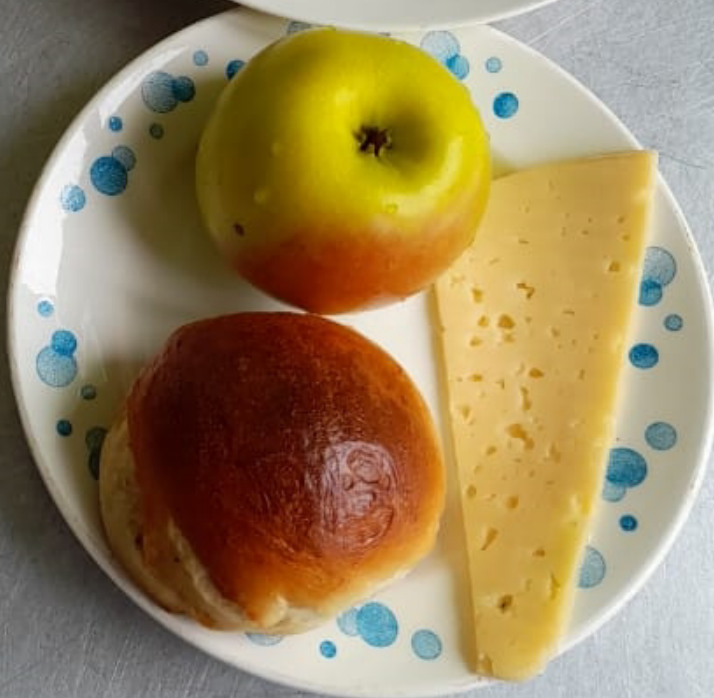
Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

16.05.2022 г.

Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
1 Каша пшениная	200	5,76	6,72	28,40	198,08	
2 Сыр порция	20	5,10	5,90	6,47	80,00	
3 Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
4 Плюшка(сдоба обыкновенная)	40	3,20	1,90	20,20	121,00	
5 Фрукт свежий (поштучно)в ассортименте	100	1,48	0,50	21,00	85,72	
Итого	560	15,54	15,02	86,07	524,76	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек»
А.И. Четвертнов/
(ФИО)

Согласовано:
И.о.директора МКОУ Лозновской СШ
Иванова Е.И./
(ФИО)

7 день

17.05.22

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Плов куриный	180	17,06	20,30	35,23	376,96	
2	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
3	Закуска(овощи отварные,соленые,свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
	Итого	480	21,46	21,70	72,43	551,62	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



«УТВЕРЖДАЮ»

ООО «Детская загородная оздоровительная
база «Ручеек»»

Четвертнов А.И.

«СОГЛАСОВАНО»

И.о.директора МКОУ Лозновской СШ

Иванова Е.И.

МЕНЮ

На « 18 » 05 2022г.

	Наименование блюد	Выход (в гр)	Энер- цен- ность (ккал	Выход (в гр)	Энер- цен- ность (ккал
	Завтрак	7-11 лет		12-18 лет	
1	КОТЛЕТА ИЗ ПОВАДИНЫ	90	230	100	230
2	Макароны отварные	150	253	180	263
3	ЧАЙ	180	118	200	118
4	Закуска(овощи отварные, соленые,свежие)	60	30	100	50,00
5	Хлеб ПШЕНИЧНЫЙ	40	83,16	50	83,16
	Итого		784,66		814,66

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОВ «Ручеек»
А.И. Четвертнов
(ФИО)

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
Иванова Е.И.
(ФИО)

9 день

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

19.05.2022г.

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Биточки куриные(котлета куриная)	90	11,15	11,90	5,87	192,15	
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,03	6,36	28,5	187,5	
3	Закуска(овощи отварные,соленые,свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
5	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
6	Итого	540	21.58	19.66	71.57	554.31	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:

Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек»

А.И. Четвертнов/

(ФИО)

Согласовано:

И.о. директора МКОУ Лозновской СШ

Иванова Е.И./

(ФИО)

10 день

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

20.05.2022

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Каша манная молочная	200	6,5	7,7	26,8	216,9	
2	Сыр порция	20	5,10	5,90	6,47	80,00	
3	какао с молоком	200	3,55	3,67	25,49	145,20	
4	Плюшка(сдоба обыкновенная)	40	3,20	1,90	22,20	121,00	
	Итого	460	18,35	19,17	80,96	563,1	77.09



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОВ «Ручеек»
/А.И. Четвертнов/

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
Иванова Е.И./

1 день

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

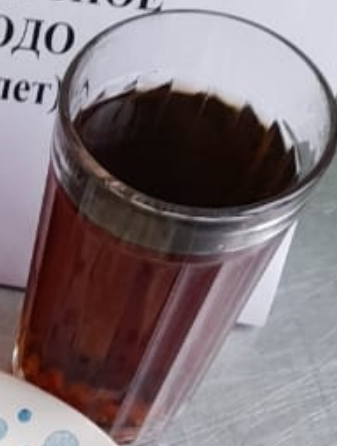
Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

23.05.2022

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Каша молочная из риса и пшена "Дружба" с маслом	180	2,80	7,40	35,30	261,90	
2	Сыр порция	20	5,10	5,90	6,47	80,00	
3	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
4	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
5	Фрукт свежий (поштучно) в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	Итого	540	11,30	14,90	82,17	533,56	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОВ «Ручеек»
/ А.И. Четвертнов /

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
Иванова Е.И. /

2 день

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

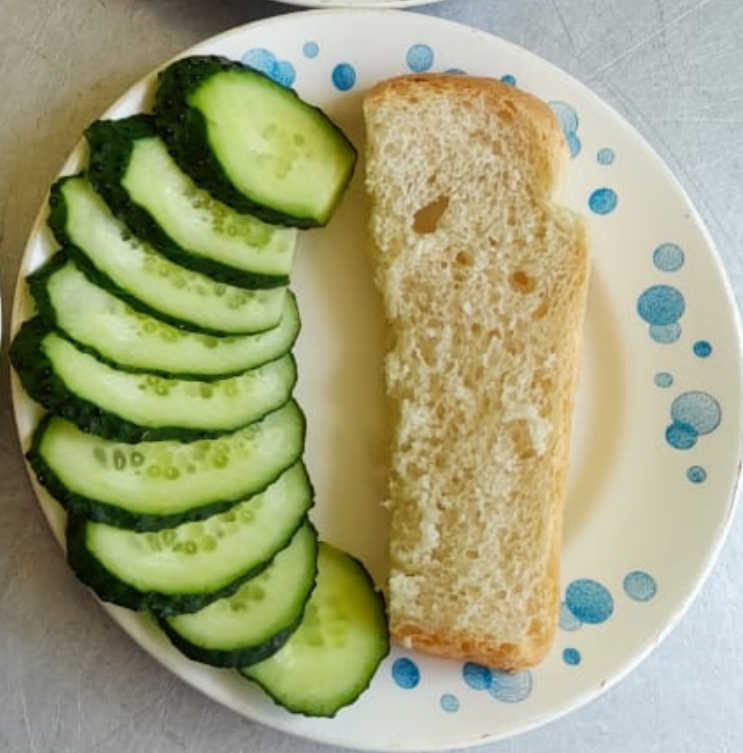
Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

24.05.2022г.

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Рагу из мяса птицы(курица)	220	18,26	20,79	27,5	328,24	
2	Закуска(овощиотварные,соленые,свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
3	Чай с лимоном	200	0,08	0,00	12,09	48,57	
4	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
	Итого	520	22,7	22,19	66,79	511,51	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:

Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек»

/ А.И. Четвертнов/

Согласовано:

И.о. директора МКОУ Лозновской СШ

/ Иванова Е.И./

3 день

25.05.2022 г.

День: среда

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

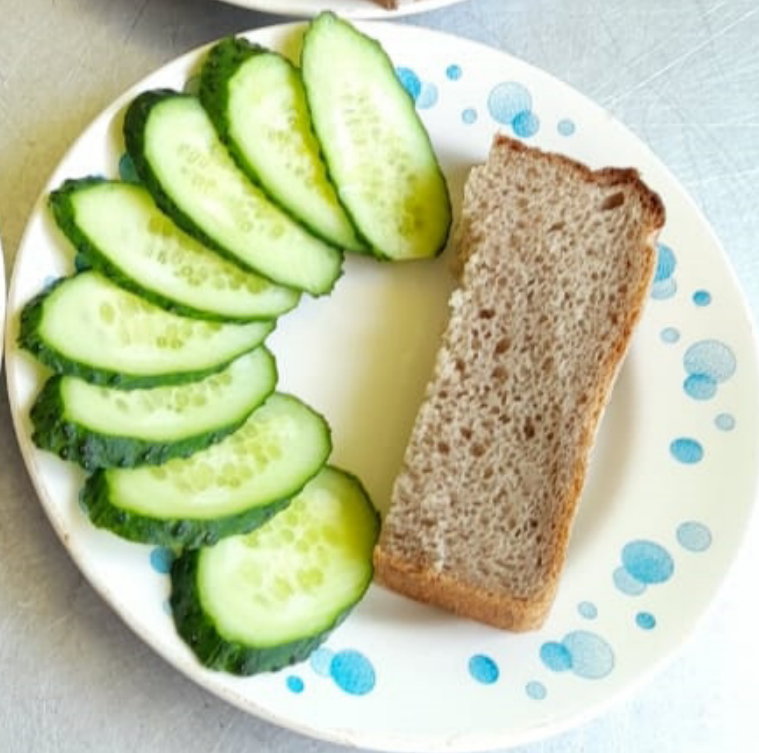
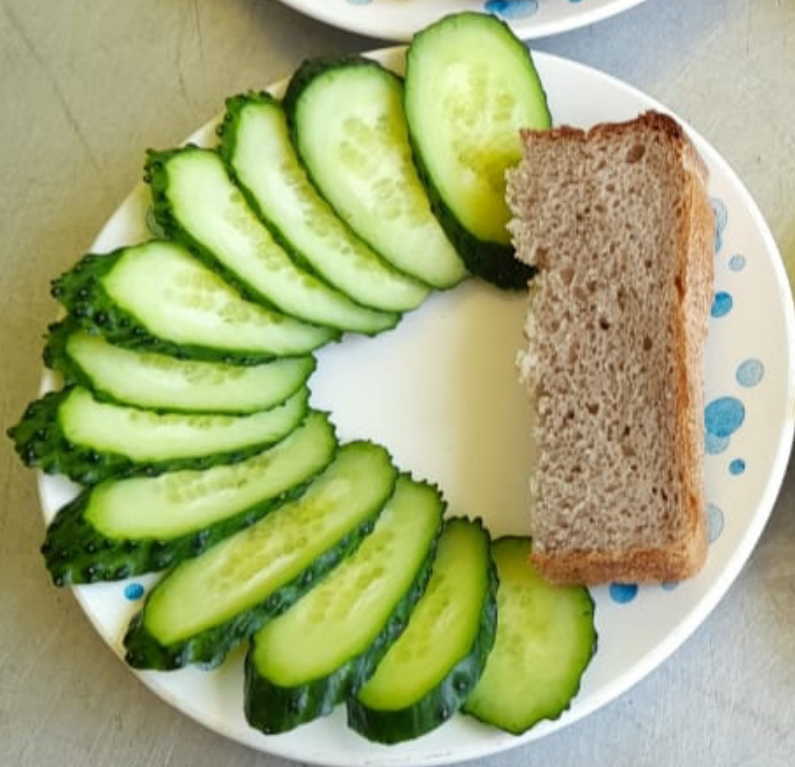
Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Котлета рубленая из говядины	90	10,08	8,64	10,17	162,36	
2	Макароны отварные	200	6,7	9,78	44,2	269,33	
3	Закуска(овощиотварные,соленые,свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,20	0,40	19,80	92,00	
	Итого	590	20,38	19,02	90,77	593,65	77.09



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОВ «Ручеек»
/А.И. Четвертнов/

Согласовано:
И.о.директора МКОУ Лозновской СШ
/Иванова Е.И./

4 день

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

26.05.2022г.

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. денность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Рыба тушеная в томат. соусом с овощами	120	21,28	13,86	10,43	239,4	
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,03	6,36	28,50	187,50	
3	Закуска(овощи отварные ,соленые, свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
5	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
6	Итого	570	31,71	21,62	76,13	601,56	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОВ «Ручеек»
А.И. Четвертнов

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
/ Иванова Е.И./

5 день

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

27.05.2022г.

Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
1 Каша овсяная молочная	150	4,34	6,75	19,26	154,46	
2 Яйцо вареное	1шт (40)	5,10	4,60	0,30	63,00	
3 Масло сливочное(порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	
4 Какао с молоком	200	3,55	3,66	25,46	145,05	
5 Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
6 Итого	440	16,07	23,46	65,75	533,21	77,09

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)**

**КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)**



Утверждено:
Директор ООО «ДЗОБ «Ручеек»
/ А.И. Четвертнов /
(ФИО)

Согласовано:
И.о. директора МКОУ Лозновской СШ
/ Иванова Е.И. /
(ФИО)

6 день

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

30.05.2022 г.



	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Каша пшеничная	200	5,76	6,72	28,40	198,08	
2	Сыр порция	20	5,10	5,90	6,47	80,00	
3	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
4	Плюшка(сдоба обыкновенная)	40	3,20	1,90	20,20	121,00	
5	Фрукт свежий (поштучно)в ассортименте	100	1,48	0,50	21,00	85,72	
	Итого	560	15,54	15,02	86,07	524,76	77.09

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)



Утверждено:

Директор ООО «ДЗОВ «Ручеек»

А.И. Четвертнов/

(ФИО)

И.о.директора МКОУ Лозновской СП

Иванова Е.И./

(ФИО)

7 день

31 05.22

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7 лет – 11 лет

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
	ЗАВТРАК						
1	Плов куриный	180	17,06	20,30	35,23	376,96	
2	Чай	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
3	Закуска(овощи отварные,соленые,свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Хлеб пшеничный	40	3,00	1,20	20,60	104,70	
	Итого	480	21,46	21,70	72,43	551,62	77.09



REDMI NOTE 8T
AI QUAD CAMERA

КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(12-18 лет)



КОНТРОЛЬНОЕ
БЛЮДО
(7-11 лет)

