

Утверждаю:

Начальник лагеря Ильин
 "27" июля 2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 27 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		14,1	12,6	87,2	519,0	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	220	12,2	12,1	48,9	353	29,44
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	5,81
Фрукт (Яблоко)	130	1,4	0,3	14,0	64	30,23
Хлеб пшеничный (витаминизированный)	20	0,4	0,2	8,8	39	1,87
Обед		30,0	28,5	127,4	885,7	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	27,35
Суп картофельный с курицей	250/15	7,7	5,5	15,5	142	29,20
Плов	250	19,3	17,2	49,2	429	55,31
Сок (<u>Яблочный</u>)	200	0,5	0,0	34,0	138	11,98
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		16,0	19,8	38,8	397	
Манник	100	10,2	13,4	29,4	279,0	28,64
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	20,96
ИТОГО:		60	61	253	1802	246,41

Повар

Сидорова А.А.

Утверждаю:

Начальник лагеря Исход
"28" июля 2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 28 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,0	21,3	68,9	539,6	
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	32,27
Суп молочный с крупой "Солнечный"	300	7,9	7,9	27,2	212	20,51
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	14,25
Хлеб пшеничный (витаминизированный)	20	0,5	0,3	7,6	34	1,87
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,87
Обед		33,1	25,8	123,8	860,3	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	22,13
Суп картофельный с бобовыми с мясом, с гренками	250/10/20	9,8	6,1	32,5	224	28,29
Вершинки рыбные	90	15,6	7,9	10,0	174	34,64
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	28,93
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	6,57
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		12,1	10,0	39,8	298	
Ватрушка с творогом	100	12,0	10,0	27,2	247	46,80
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
ИТОГО:		63	57	232	1697	245,92

Повар

Исходова С.А.

Утверждаю:

Начальник лагеря Иванов
 "28" июля 2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 29 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		11,1	19,5	76,4	525,4	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,05
Каша рисовая жидкая	250	8,1	9,4	40,5	279	26,64
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,87
Хлеб пшеничный (витаминизированный)	20	0,4	0,2	8,8	39	1,87
Обед		39,2	29,6	129,3	940,0	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	17,09
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/10/5	6,4	6,6	16,7	152	27,19
Курица запеченная "Домашняя"	100	24,0	13,4	0,7	219	50,00
Макароны изделия отварные	230	6,1	3,8	52,1	267	12,99
Сок ()	200	0,5	0,0	34,0	138	11,98
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		11,4	12,0	78,2	470	
Пирожок с яблоком печеный	50	5,5	4,9	36,0	210	28,60
Кисломолочный продукт "Снежок"	200	5,2	6,4	9,0	114	24,33
Фрукт (Апельсин)	180	0,7	0,7	33,2	145	38,29
ИТОГО:		62	61	284	1935	270,69

Повар

Иванов С.А.

Утверждаю:

Начальник лагеря Шоф
 "30" июля 2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 30 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		25,9	23,2	31,1	436,8	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	38,85
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	12,53
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,87
Хлеб пшеничный (витаминизированный)	20	0,4	0,2	8,8	39	1,87
Обед		32,5	30,0	118,7	874,2	
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	13,46
Уха рыбацкая	250/60	10,8	4,9	12,2	136	38,07
Котлета	100	15,4	15,6	15,8	265	61,40
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	200	2,8	3,8	33,3	178	26,81
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	6,57
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		2,9	7,5	56,6	306	
Булочка домашняя на масле растительном	50	2,8	7,5	44,0	255	7,94
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
ИТОГО:		61	61	206	1616	217,16

Повар

Александр СА

Утверждаю:

Начальник лагеря

ИВР

"31" июля

2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 31 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,7	26,3	68,8	596,3	
Для бутерброда:						
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	12,83
Сыр (порциями)	20	5,4	5,8	0,0	74	21,84
Хлеб пшеничный (витаминизированный)	40	0,9	0,4	19,1	81	3,74
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	10,4	9,6	33,7	263	24,03
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	14,25
Обед		31,7	34,1	113,6	887,7	
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	33,64
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	250/15/5	6,8	6,1	15,4	144	36,12
Гуляш	100	15,9	16,1	1,7	215	42,81
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	28,93
Сок ()	200	0,5	0,0	34,0	138	11,98
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		13,5	10,6	55,4	371	
Печенье " К КОФЕ"	45	6,9	3,9	32,4	192	12,69
Кисломолочный продукт "Йогурт "	200	5,2	6,4	9,0	114	26,90
Фрукт (Яблоко)	130	1,4	0,3	14,0	64	30,23
ИТОГО:		67	71	238	1855	305,61

Повар

Иванов А.А.