

Утверждаю:

начальник лагеря Жуф
 "20" июля 2026 г.
 14 день четвертой недели

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 20 июля 2026 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		23,0	27,0	68,6	606,8	
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
Запеканка из творога с молоком сгущенным	180/20	16,5	13,5	36,8	335	91,75
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Обед		37,6	31,3	132,2	960,5	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,66
Солянка из мяса со сметаной	250/15/5	4,2	5,3	17,5	135	38,48
Курица запеченная	100	24,2	14,4	0,7	229	65,86
Рис припущенный	200	6,5	5,8	54,2	295	19,00
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		6,9	9,7	55,8	338,1	
Булочка "Свежая"	60	1,7	4,7	46,8	236	26,00
Кисломолочный продукт "Йогурт"	200	5,2	5,0	9,0	102	26,90
Медвежонок "Барни" (2 шт)	60	1,8	4,5	43,8	222,9	90,00
Молочный коктейль индивидуальной упаковке	200	3,1	2,7	20,9	119,0	65,00
Фрукт (Апельсин)	250	0,7	0,7	33,2	145	50,37
ИТОГО:		68	68	257	1905	545,20

Повар



Утверждаю:

начальник лагеря
 "21" июля 2026 г.
 15 день четвертой недели

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 21 июля 2026 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,8	24,1	83,3	620,5	
Каша кукурузная жидкая	250	9,5	10,5	36,5	279	23,97
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,05
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	14,25
Фрукт (Яблоко)	160	1,4	0,3	14,0	64	35,10
Йогурт промышленного производства	95	7,7	8,7	9,2	146	26,00
Хлеб пшеничный (витаминизированный)	20	0,4	0,2	8,8	39	1,87
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,87
Обед		35,4	36,3	98,3	861,1	
Салат из капусты белокачанной	100	1,2	4,9	3,2	62	16,80
Суп лапша домашняя, с курицей	250/15	6,7	8,5	12,5	153	21,04
Рыба запечённая	120	20,6	16,1	4,4	245	68,02
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		7,0	3,9	45,0	243,1	
Печенье "Чоко-Пай"	30	6,9	3,9	32,4	192	17,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Фрукт (Груша)	190	1,4	0,3	14,0	64	63,70
Молочный коктейль индивидуальной упаковке	200	3,1	2,7	20,9	119,0	65,00
Шоколад "Лёвушка Детям"	85	5,0	33,0	55,0	460	120,00
ИТОГО:		60	64	227	1725	539,96

Повар

[Подпись]