

Утверждаю:

Начальник лагеря Шех
"27" июля 2026г.

Меню для детей с 7 до 11 лет 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		11,1	8,6	84,1	458,6	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	9,2	8,1	45,8	293	21,64
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		12,7	15,5	35,7	333	
Манник	80	6,9	10,5	26,3	227	22,63
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	5,0	9,4	106	20,96
ИТОГО:		54	53	247	1677	232,60

Повар

Александрова О.А.

Утверждаю:

Начальник лагеря Шоф
"28" июля 2026г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет 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		16,7	20,0	64,8	505,2	
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	32,27
Суп молочный с крупой "Солнечный"	250	6,6	6,6	21,8	173	18,25
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	14,25
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		32,1	25,6	122,4	848,0	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	22,13
Суп картофельный с бобовыми с мясом, с гречками	250/10/20	9,8	6,1	32,5	224	28,29
Вершинки рыбные	90	15,7	7,9	10,0	174	34,64
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	26,93
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:		61	56	227	1651	241,66

Повар

Шоф

Утверждаю:

Начальник лагеря *Ильин*
"29" июля 2026г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 29 июля 2026 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		9,5	16,9	68,3	463,3	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,05
Каша рисовая жидкая	200	6,5	6,8	32,4	217	22,64
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		34,9	28,2	121,3	878,0	
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"	90	21,6	12,1	0,6	198	44,85
Макароны изделия отварные	180	4,2	3,7	44,2	227	11,37
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:		56	57	268	1811	259,92

Повар

Гусев

Утверждаю:

Начальник лагеря Шов
"30" июля 2026г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет 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		32,2	28,7	115,4	848,4	
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"	150	2,5	2,5	30,0	153	21,63
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	305,5	
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	59	203	1591	211,98

Повар

Александров СФ

Утверждаю:

Начальник лагеря Шох
" 31 " июля 2026г.

Меню для детей с 7 до 11 лет 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		19,8	24,4	62,6	546,6	
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	200	8,5	7,7	27,5	213	20,44
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	14,25
Обед		30,5	33,9	112,2	875,5	
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	180	3,9	5,9	26,7	176	26,93
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	9,2	55,4	358	
Печенье " К КОФЕ"	45	6,9	3,9	32,4	192	12,69
Кисломолочный продукт "Йогурт .."	200	5,2	5,0	9,0	102	26,90
Фрукт (Яблоко)	130	1,4	0,3	14,0	64	30,23
ИТОГО:		64	68	230	1781	300,02

Повар

Гусевская С.А.