

Утверждаю:

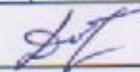
Начальник лагеря
"13" июля

2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 13 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		26,4	23,5	38,7	471,1	
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
Печенье " К КОФЕ"	30	6,9	3,9	32,4	192	8,46
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,48
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,48
Обед		27,8	33,5	107,9	843,9	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	16,80
Суп сырный с курицей	250/15	8,2	8,1	23,7	201	37,83
Курица, в соусе с томатом	100	12,1	13,6	1,8	178	39,65
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,29
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	6,57
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,22
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,22
Полдник		8,3	11,6	86,4	486,3	
Пряник "Зебра королевская"	60	1,8	4,5	43,8	222,9	19,19
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	20,96
Фрукт (Апельсин)	190	0,7	0,7	33,2	145	38,29
ИТОГО:		62	69	233	1801	259,82

Повар



Утверждаю:

Начальник
"14" июля

2026г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 14 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,1	24,2	88,9	645,0	
Каша пшеничная жидкая	250	10,8	9,6	35,8	273	23,71
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	21,46
Какао с молоком	200	3,9	4,2	22,2	142	19,21
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,48
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,48
Обед		31,5	34,1	106,9	860,2	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,66
Суп картофельный с крупой рисовой с курицей	250/15	7,9	5,8	14,5	142	27,09
Котлета	100	15,4	15,6	15,8	265	61,12
Капуста тушеная	180	5,5	6,9	16,8	151	28,30
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	11,98
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,22
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,22
Полдник		19,2	18,3	51,1	445,8	
Запеканка из творога я яблоками с повидлом	200	19,1	18,3	38,5	395	78,10
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
ИТОГО:		69	77	247	1951	294,20

Повар

Утверждаю:

Начальник лагеря *СЗ*
 "15" июля 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 15 июля 2026 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,7	22,3	61,2	516,3	
Вермишель в молоке	250	8,1	9,2	25,8	218	23,19
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	31,69
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	14,25
Йогурт промышленного производства	95	7,7	8,7	9,2	146	26,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,48
Обед		32,8	33,2	111,5	875,6	
Салат из свежих огурцов с зеленым горошком	100	1,2	5,1	4,5	69	16,26
Суп картофельный с рыбой	250/80	12,9	6,2	12,9	159	41,95
Орзотто	250	16,9	21,2	44,0	434	80,18
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	6,57
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,22
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,22
Полдник		7,8	4,3	58,7	305,1	
Вафли "Яшкино сливочные"	35	6,3	4,0	32,1	190	14,65
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Фрукт (Яблоко)	150	1,4	0,3	14,0	64	30,23
ИТОГО:		58	60	231	1697	293,06

Повар

Утверждаю:

Начальник лагеря *П.П.*
"16" июля 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 16 июля 2026 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,5	20,2	89,2	624,1	
Каша гречневая жидкая	250	10,8	12,5	38,0	308	25,62
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	24,06
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	12,53
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,48
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,48
Обед		30,7	34,1	109,2	865,9	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	16,80
Свекольник с курицей, со сметаной	250/15/5	7,8	6,7	21,0	176	33,22
Биточки	100	15,4	15,6	15,8	265	61,33
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	28,93
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,0	16,6	67	11,20
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,22
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,22
Полдник		5,6	10,1	64,0	369,3	
Маффин шоколадный	100	5,1	10,1	30,0	231	33,80
Сок _____	200	0,5	0,0	34,0	138	11,98
ИТОГО:		58	64	262	1859	266,87

Повар _____

Утверждаю:

Наталия Игоревна
"17" июля 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 17 июля 2026 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		12,9	21,4	72,8	535,4	
Каша 3 злака жидкая	250	9,9	11,3	34,0	277	22,66
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	167	21,46
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	5,81
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,48
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,48
Обед		38,7	32,8	115,8	912,8	
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	29,19
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/10	8,7	5,5	15,5	146	38,42
Котлета "Богатырская"	100	17,9	13,4	14,0	248	43,25
Картофель тушеный	230	8,2	8,1	26,4	211	29,76
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	6,57
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,22
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,22
Полдник		2,6	5,2	89,6	419,0	
Пряник "Зебра королевская"	60	1,8	4,5	43,8	222,9	19,19
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Фрукт (Апельсин)	190	0,7	0,7	33,2	145	38,29
ИТОГО:		54	59	278	1867	264,17

Повар