

Утверждаю:

Начальник лагеря *Дар*
 "01" июля 2026г.
1 день 1 нед.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 01 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)	150	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 (<i>яблочный</i>)	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

Dr

Утверждаю:

Начальник лагеря *Рягу*
"02" июля 2026г.

2 день 1 нед

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 02 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

Рягу

Утверждаю:

Начальник лагеря *Рад*
 "03" июля 2026г.

3 день 1 нед

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 03 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 (<i>яблочный</i>)	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)	190	0,7	0,7	33,2	145	38,29
ИТОГО:		56	57	268	1811	259,92

Повар



Утверждаю:

Начальник лагеря *Ряз*

"06" июля

2026г.

4 день лагеря

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 06 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

[Подпись]

Заведующая столовой

Утверждаю:

Начальник лагеря Раф

"07" июля

2026г.

5 день 1 нед

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 07 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 (яблочный)	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)	150	1,4	0,3	14,0	64	30,23
ИТОГО:		64	68	230	1781	300,02

Повар



Утверждаю:

Начальник лагеря *Вар*
 "08" июля 2026г.
6 день 1 нед

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 08 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		16,2	15,9	81,5	533,1	
Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28,0	196	20,60
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,45
Какао с молоком	200	3,9	4,2	22,2	142	19,21
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		29,4	34,2	100,0	825,0	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	22,13
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/15	7,2	5,7	21,2	165	26,64
Свинина, тушеная с картофелем	250	19,5	22,8	25,6	386	60,07
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		8,2	9,5	37,6	268,7	
"Мини маффин" с начинкой вареная сгущенка	60	8,1	9,5	25,0	218	24,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
ИТОГО:		54	60	219	1627	210,20

Повар

Вар

Утверждаю:

Начальник лагеря *Ряб*
 "09" июля 2026г.
 7 день 7 нед

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 09 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		9,4	15,0	65,5	433,8	
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	21,01
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	14,70
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	5,81
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		31,5	28,9	113,4	839,3	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	17,09
Суп домашний с мясом со сметаной	250/10/5	6,9	5,2	11,2	119	31,03
Паста "Карбонара" с курицей	250	21,9	17,9	50,9	452	63,99
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		12,8	12,7	84,5	503,5	
Вафли "Яшкино сливочные"	50	11,2	12,2	43,0	327	20,92
Сок (<i>яблочный</i>)	200	0,2	0,2	27,5	113	11,98
Фрукт (Яблоко)	150	1,4	0,3	14,0	64	30,23
ИТОГО:		54	57	263	1777	232,69

Повар

[Подпись]

Утверждаю:

Начальник лагеря *Тай*
 "10" июля 2026г.
 8 день 2 нед

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 10 июля 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,6	14,6	79,6	523,4	
Каша рисовая жидкая	200	6,5	6,8	32,4	217	22,64
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,45
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		28,2	32,1	107,1	830,0	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	27,35
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	6,1	6,7	7,8	116	31,42
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная	90	15,2	13,7	10,0	224	31,92
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	26,93
Сок (<i>яблочный</i>)	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		6,3	12,2	47,4	324,2	
Булочка "Майская"	80	6,2	12,2	34,8	273	33,80
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
ИТОГО:		53	59	234	1678	231,27

Повар

Вн