

Утверждаю:

Копальник Игорь Михайлович
"10" августа 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 10 августа 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	32,27
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
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	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
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)	70	1,4	0,3	14,0	64	14,10
ИТОГО:		58	60	231	1697	253,08

Повар

Генеральный АА

Утверждаю:

Начальник лагеря Шох
"11" августа 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 11 августа 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	24,65
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	12,53
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		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	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		5,6	10,1	64,0	369,3	
Кекс "Творожный"	75	5,1	10,1	30,0	231	46,80
Сок _____	200	0,5	0,0	34,0	138	11,98
ИТОГО:		58	64	262	1859	282,42

Повар

Глебова А.

Утверждаю:

Начальник лагеря Шолох
 "12" августа 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 12 августа 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	157	22,05
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	5,81
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		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	2,81
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	51,5	2,81
Полдник		2,6	5,2	89,6	419,0	
Пряник "Зебра королевская"	60	1,8	4,5	43,8	222,9	9,27
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Фрукт (Апельсин)	230	0,7	0,7	33,2	145	52,30
ИТОГО:		54	59	278	1867	270,81

Повар

Александрова СВ

Утверждаю:

Начальник лагеряШоф"13" августа

2026 г.

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		13,8	23,3	66,8	529,5	
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 манная жидкая	250	7,3	9,8	35,0	257	21,18
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	50,67
Курица запеченная	100	24,2	14,4	0,7	229	70,84
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		7,5	11,1	56,2	354,7	
Булочка "Свежая"	60	1,7	4,7	46,8	236	26,00
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	20,96
ИТОГО:		59	66	255	1845	280,49

Повар

Шеф-повар С.А.

Утверждаю:

Начальник лагеря *Шоф*
"14" августа 2026 г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 14 августа 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
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
Шоколад "Лёвушка Детям"	85	5,0	33,0	55,0	460	120,00
ИТОГО:		60	64	227	1725	350,16

Повар

Генеральный