

Утверждаю:

Начальник лагеря Шер
"10" августа 2026г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет 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		31,1	31,9	111,5	857,1	
Салат из свежих огурцов с зеленым горошком	100	1,2	5,1	4,5	69	16,26
Суп картофельный с рыбой	250/60	11,2	4,9	12,9	141	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:		57	59	231	1679	253,08

Повар

Глебова С.А.

Утверждаю:

Нахальни лагере мш
" 11" августа 2026 г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 11 августа 2025г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,6	17,4	81,5	556,3	
Каша гречневая жидкая	200	8,6	10,3	30,3	248	22,62
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,45
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		29,5	33,9	107,8	853,7	
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	180	3,9	5,9	26,7	176	26,93
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:		54	61	253	1779	272,22

Повар

Леонова. С.А

Утверждаю:

Начальник лагеря Шох
"12" августа 2026г.

Меню для детей с 7 до 11 лет 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		9,2	16,9	61,2	433,7	
Каша 3 злака жидкая	200	6,9	9,6	27,0	222	20,66
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 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		36,2	28,9	112,4	854,1	
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	200	5,7	4,2	23,0	153	25,05
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:		48	51	263	1707	256,75

Повар

Гусева СА

Утверждаю:

Начальник лагеря Шер
"13" августа 2026г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет 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		11,6	17,0	59,8	436,0	
Для бутерброда:						
Масло сливочное (порциями)	5	0,1	3,7	0,1	34	6,41
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	200	5,1	7,1	28,0	196	20,60
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
Обед		33,1	28,4	122,4	877,2	
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	90	21,8	13,1	0,6	208	64,37
Рис припущенный	180	4,4	4,2	44,5	233	15,56
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	9,7	56,2	342,1	
Булочка "Свежая"	60	1,7	4,7	46,8	236	26,00
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	5,0	9,4	106	20,96
ИТОГО:		52	55	238	1655	263,58

Повар

Лесовик С.А.

Утверждаю:

Начальник лагеря Ильин
 " 14 " августа 2026 г.

Меню для детей с 7 до 11 лет 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		15,2	19,2	71,4	518,4	
Каша кукурузная жидкая	200	7,6	8,4	29,2	223	20,98
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	14,70
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		31,8	33,9	96,4	817,5	
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	100	18,2	13,9	3,9	214	56,22
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		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:		54	57	213	1579	326,02

Повар Гессонова С.А.