

Утверждаю:

Начальник лагеря *Гор*
 "13" августа 2026г.
 14 день

**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
Медвежонок "Барни" (2 шт)	60	1,8	4,5	43,8	222,9	90,00
Молочный коктейль индивидуальной упаковке	200	3,1	2,7	20,9	119,0	65,00
Фрукт (Яблоко)	140	1,4	0,3	14,0	64	28,20
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	5,0	9,4	106	20,96
ИТОГО:		52	55	238	1655	446,78

Повар



Утверждаю:

начальник лагеря *Тор*
 "14" августа 2026 г.
 15 день

**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
Фрукт (Апельсин)	200	0,7	0,7	33,2	145	45,72
Мармелад "Лёвушка Детям"	70	3,1	2,7	20,9	119,0	40,00
Шоколад Молочный	85	5,0	33,0	55,0	460	120,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,17
ИТОГО:		54	57	213	1579	411,74

Повар

