

Утверждаю:

начальник лагеря

Берушов

11 июня 2026

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,0	15,5	105,9	646,1	72,16
Каша рисовая жидкая	200	6,5	6,8	32,4	217	28,61
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,02
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	16,45
хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	3,90
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	4,18
Обед		29,5	32,8	131,6	939,1	155,43
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	21,00
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	6,1	6,7	7,8	116	21,81
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная	90	15,2	13,7	10,0	224	40,63
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,06
сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	25,96
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	6,27
хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	11,70
Полдник		11,2	15,6	52,9	396,4	49,54
Печенье Школьное	75	6,2	12,2	34,8	273	12,16
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,38
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	4,9	3,4	5,5	72	35,00
ИТОГО:		62	64	290	1981	277,12

Повар

У

Утверждаю:

начальник лагеря

Безумова
11 июня 2026

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			24,1	18,8	125,3	766,7	82,16
Каша рисовая жидкая	250	8,1	9,4	40,5	279	33,65	
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	23,98	
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	16,45	
хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	3,90	
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	4,18	
Обед			33,6	34,9	143,8	1023,6	168,00
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	21,00	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	6,1	6,7	7,8	116	21,81	
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная	100	17,3	15,2	12,9	258	45,34	
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	29,93	
сок в ассортименте	200	0,5	0,0	25,5	104	25,96	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	8,36	
хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137	15,60	
Полдник			14,0	20,9	52,9	455,3	49,54
Печенье Школьное	75	6,2	12,2	34,8	273	12,16	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,38	
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	7,7	8,7	5,5	131	35,00	
ИТОГО:			72	75	322	2246	299,70

Повар

М