

Утверждаю:

начальник лагеря

Берриков

5 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		29,5	31,2	60,6	641,2	91,11
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	74,19
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	14,83
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	2,09
Обед		33,5	29,1	132,6	926,4	182,90
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	13,83
Уха рыбацкая	250/60	10,8	4,9	12,2	136	44,19
Котлеты	100	15,4	15,6	15,8	265	77,10
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	150	2,5	2,5	30,0	153	25,48
Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0,0	27,0	112	6,42
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	4,18
хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	11,70
Полдник		3,4	8,0	80,6	408	9,61
Булочка домашняя на масле растительном	50	2,8	7,5	44,0	255	7,23
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,38
ИТОГО:		66	68	274	1976	283,63

Повар

Лу

Утверждаю:

начальник лагеря

Березина

5 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			32,6	36,3	73,2	749,1	95,01
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	74,19	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	14,83	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	2,09	
хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	3,90	
Обед			36,2	32,1	152,9	1044,9	206,07
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	13,83	
Уха рыбацкая	250/80	12,5	6,1	12,2	154	56,28	
Котлеты (из говядины и свинины)	100	15,4	15,6	15,8	265	77,10	
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	200	2,8	3,8	33,3	178	31,48	
Компот из сухофруктов	200	0,9	0,0	27,0	112	6,42	
Хлеб пшеничный	70	1,4	0,7	30,8	135	7,32	
хлеб ржаной	70	1,6	0,9	26,4	120	13,65	
Полдник			3,6	8,2	85,5	430	9,61
Булочка домашняя на масле растительном	50	2,8	7,5	44,0	255	7,23	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,38	
ИТОГО:			72	77	312	2224	310,69

Повар

М