

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		20,7	24,9	77,7	615,1	96,81
Для бутерброда:						41,03
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	
Сыр (порциями)	20	5,4	5,8	0,0	74	
хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	7,80
Батон пшеничный	40	0,9	0,4	19,1	81	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	8,5	7,7	27,5	213	31,53
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	16,45
Обед		31,4	34,4	127,9	946,0	172,36
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	31,0
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	250/15/5	6,8	6,1	15,4	144	31,22
Гуляш	100	15,9	16,1	1,7	215	40,24
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	40	0,8	0,4	17,6	77	4,18
хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	11,70
Полдник		11,9	9,0	61,8	376	36,75
печенье промышленного производства в ассортименте	40	6,2	3,5	28,8	172	8,80
йогурт питьевой	200	5,2	5,0	9,0	102	27,95
ИТОГО:		64	68	267	1937	305,92

Повар

М

Утверждаю:

начальник лагеря

Бурисова

8 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		24,0	27,0	95,8	718,2	104,92
Для бутерброда:						43,13
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	
Сыр (порциями)	20	5,4	5,8	0,0	74	
хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	7,80
Батон пшеничный	60	1,4	0,6	28,7	122	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	10,4	9,6	33,7	263	37,54
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112	16,45
Обед		33,4	35,0	145,6	1031,0	180,22
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	31,0
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	250/15/5	6,8	6,1	15,4	144	31,22
Гуляш	100	15,9	16,1	1,7	215	40,24
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	29,93
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	80	1,8	1,0	30,2	137	15,60
Полдник		13,6	12,6	73,9	463	38,95
печенье промышленного производства в ассортименте	50	7,7	5,5	36,0	224	11,00
йогурт питьевой	200	5,2	6,4	9,0	114	27,95
ИТОГО:		71	75	315	2213	324,09

Повар

М