

Утверждаю:  
Начальник лагеря Девятайкина А.В.

"08" июня 2026г

32ч

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (4)  
на 08.06.2026г.**

| Наименование блюда                            | Химический состав |             |             |              |              |
|-----------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|                                               | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |
| <b>Завтрак</b>                                |                   | <b>29,5</b> | <b>31,2</b> | <b>60,6</b>  | <b>641,2</b> |
| Омлет натуральный                             | 200               | 22,7        | 20,5        | 2,4          | 285          |
| Чай с молоком                                 | 200               | 2,8         | 2,5         | 19,9         | 113          |
| Печенье "К чаю"                               | 20                | 1,9         | 3,5         | 19,0         | 115          |
| Йогурт промышленного производства "Фрутис" 5% | 115               | 1,7         | 4,5         | 10,5         | 89           |
| Хлеб пшеничный                                | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8          | 39           |
| <b>Обед</b>                                   |                   | <b>33,5</b> | <b>29,1</b> | <b>132,6</b> | <b>926,4</b> |
| Салат из свеклы с зеленым горошком            | 100               | 1,7         | 5,0         | 7,3          | 81           |
| Уха рыбацкая                                  | 250/60            | 10,8        | 4,9         | 12,2         | 136          |
| Котлеты (из говядины и свинины)               | 100               | 15,4        | 15,6        | 15,8         | 265          |
| Рис припущенный с овощами "Мозаика"           | 150               | 2,5         | 2,5         | 30,0         | 153          |
| Компот из кураги                              | 200               | 0,9         | 0,0         | 27,0         | 112          |
| Хлеб пшеничный                                | 40                | 0,8         | 0,4         | 17,6         | 77           |
| Хлеб ржаной                                   | 60                | 1,4         | 0,8         | 22,7         | 103          |
| <b>Полдник</b>                                |                   | <b>3,4</b>  | <b>8,0</b>  | <b>80,6</b>  | <b>408</b>   |
| Булочка "Новомосковская"                      | 100               | 2,8         | 7,5         | 44,0         | 255          |
| Чай с сахаром                                 | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6         | 51           |
| Яблоко                                        | 130               | 0,5         | 0,5         | 24,0         | 103          |
| <b>ИТОГО:</b>                                 |                   | <b>66</b>   | <b>68</b>   | <b>274</b>   | <b>1976</b>  |

**ИТОГО: 460,00**

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.

Утверждаю:  
Начальник лагеря *Девятайкина А.В.*

"08"

июня

2026г

12ч

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания (4)  
на 08.06.2026г.**

| Наименование блюда                             | Химический состав |             |             |              |               |
|------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|                                                | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал      |
| <b>Завтрак</b>                                 |                   | <b>32,6</b> | <b>36,3</b> | <b>73,2</b>  | <b>749,1</b>  |
| Омлет натуральный                              | 200               | 22,7        | 20,5        | 2,4          | 285           |
| Чай с молоком                                  | 200               | 2,8         | 2,5         | 19,9         | 113           |
| Печенье "К чаю"                                | 30                | 4,5         | 8,3         | 24,0         | 189           |
| Йогурт промышленного производства<br>Фрутис 5% | 115               | 1,7         | 4,5         | 10,5         | 89            |
| Хлеб пшеничный                                 | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8          | 39            |
| Хлеб ржаной                                    | 20                | 0,5         | 0,3         | 7,6          | 34            |
| <b>Обед</b>                                    |                   | <b>36,2</b> | <b>32,1</b> | <b>152,9</b> | <b>1044,9</b> |
| Салат из свеклы с зеленым горошком             | 100               | 1,7         | 5,0         | 7,3          | 81            |
| Уха рыбацкая                                   | 250/80            | 12,5        | 6,1         | 12,2         | 154           |
| Котлеты (из говядины и свинины)                | 100               | 15,4        | 15,6        | 15,8         | 265           |
| Рис припущенный с овощами<br>"Мозаика"         | 200               | 2,8         | 3,8         | 33,3         | 178           |
| Компот из кураги                               | 200               | 0,9         | 0,0         | 27,0         | 112           |
| Хлеб пшеничный                                 | 70                | 1,4         | 0,7         | 30,8         | 135           |
| Хлеб ржаной                                    | 70                | 1,6         | 0,9         | 26,4         | 120           |
| <b>Полдник</b>                                 |                   | <b>3,6</b>  | <b>8,2</b>  | <b>85,5</b>  | <b>430</b>    |
| Булочка "Новомосковская"                       | 100               | 2,8         | 7,5         | 44,0         | 255           |
| Чай с сахаром                                  | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6         | 51            |
| Яблоко                                         | 130               | 0,7         | 0,7         | 28,9         | 125           |
| <b>ИТОГО:</b>                                  |                   | <b>72</b>   | <b>77</b>   | <b>312</b>   | <b>2224</b>   |

**ИТОГО: 460,00**

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.