

Начальник лагеря

Утверждаю:

Девятайкина А.В.

32ч

июня 2026г

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (15)  
на 24.06.2026г.**

| Наименование блюда            | Химический состав |             |             |              |              |
|-------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|                               | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |
| <b>Завтрак</b>                |                   | <b>17,9</b> | <b>20,2</b> | <b>100,9</b> | <b>657,0</b> |
| Каша кукурузная жидкая        | 200               | 7,6         | 8,4         | 29,2         | 223          |
| Бутерброд с маслом            | 20/10             | 1,8         | 7,1         | 9,9          | 111          |
| Кофейный напиток              | 200               | 4,9         | 3,2         | 15,9         | 112          |
| Груша                         | 160               | 2,3         | 0,8         | 22,0         | 104          |
| Хлеб ржаной                   | 40                | 0,9         | 0,5         | 15,1         | 69           |
| Хлеб пшеничный                | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8          | 39           |
| <b>Обед</b>                   |                   | <b>33,1</b> | <b>34,4</b> | <b>113,6</b> | <b>895,6</b> |
| Овощи свежие(огурцы,помидоры) | 100               | 1,2         | 4,9         | 3,2          | 62           |
| Суп лапша домашняя, с курицей | 250/15            | 6,7         | 8,5         | 12,5         | 153          |
| Рыба запечённая               | 100               | 18,2        | 13,9        | 3,9          | 214          |
| Пюре картофельное             | 180               | 3,9         | 5,9         | 26,7         | 176          |
| 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>11,3</b> | <b>11,7</b> | <b>63,1</b>  | <b>402,9</b> |
| Булочка "Новомосковская"      | 100               | 9,8         | 11,4        | 36,5         | 288          |
| Чай с сахаром                 | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6         | 51           |
| Апельсин                      | 196               | 1,4         | 0,3         | 14,0         | 64           |
| <b>ИТОГО:</b>                 |                   | <b>62</b>   | <b>66</b>   | <b>278</b>   | <b>1955</b>  |

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.

Начальник лагеря

Утверждаю:

Девятайкина А.В.

июня 2026г

12ч

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания  
(15)  
на 24.06. 2026г.**

| Наименование блюда            | Химический состав |             |             |              |               |
|-------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|                               | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал      |
| <b>Завтрак</b>                |                   | <b>20,5</b> | <b>25,1</b> | <b>112,8</b> | <b>759,1</b>  |
| Каша кукурузная жидкая        | 250               | 9,5         | 10,5        | 36,5         | 279           |
| Бутерброд с маслом            | 30/15             | 2,5         | 9,9         | 14,5         | 157           |
| Кофейный напиток              | 200               | 4,9         | 3,2         | 15,9         | 112           |
| Груша                         | 160               | 2,3         | 0,8         | 22,0         | 104           |
| Хлеб ржаной                   | 40                | 0,9         | 0,5         | 15,1         | 69            |
| Хлеб пшеничный                | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8          | 39            |
| <b>Обед</b>                   |                   | <b>37,9</b> | <b>37,4</b> | <b>140,6</b> | <b>1050,6</b> |
| Салат из капусты белокочанной | 100               | 1,2         | 4,9         | 3,2          | 62            |
| Суп лапша домашняя, с курицей | 250/15            | 6,7         | 8,5         | 12,5         | 153           |
| Рыба запечённая               | 120               | 20,6        | 16,1        | 4,4          | 245           |
| Пюре картофельное             | 200               | 5,1         | 6,1         | 28,1         | 188           |
| Компот из кураги              | 200               | 0,9         | 0,0         | 27,0         | 112           |
| Хлеб пшеничный                | 80                | 1,6         | 0,8         | 35,2         | 154           |
| Хлеб ржаной                   | 80                | 1,8         | 1,0         | 30,2         | 137           |
| <b>Полдник</b>                |                   | <b>12,7</b> | <b>12,5</b> | <b>69,6</b>  | <b>441,7</b>  |
| Булочка "Новомосковская"      | 100               | 11,2        | 12,2        | 43,0         | 327           |
| Чай с сахаром                 | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6         | 51            |
| Апельсин                      | 196               | 1,4         | 0,3         | 14,0         | 64            |
| <b>ИТОГО:</b>                 |                   | <b>71</b>   | <b>75</b>   | <b>323</b>   | <b>2251</b>   |

**ИТОГО: 460,00**

Мед. Работник

Ерёмина Л.М.

Повар-бригадир

Панкина М.М.