

Утверждаю:
Начальник лагеря *Захаркина Е.О.*

"02" июля 2026г

28ч

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (4)
на 02.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		29,5	31,2	60,6	641,2
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
Банан	175	0,5	0,5	24,0	103
Йогурт промышленного производства "Фрутис" 5%	115	1,7	4,5	10,5	89
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
Обед		33,5	29,1	132,6	926,4
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
Полдник		3,4	8,0	80,6	408
Булочка "Новомосковская"	100	2,8	7,5	44,0	255
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51
Сок яблочный в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,0	34,0	138
Апельсин	182	0,5	0,5	24,0	103
ИТОГО:		66	68	274	1976

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Ерёмкина Л.М.

Ерёмкина Л.М.

Повар-бригадир

Панкина М.М.

Панкина М.М.

Начальник лагеря

Утверждаю:

Захаркина Е.О.

"02" июля

2026г

16ч

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания (4) на 02.07.2026г.

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		32,6	36,3	73,2	749,1
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 Фруттис 5%	115	1,7	4,5	10,5	89
Банан	175	0,7	0,7	28,9	125
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Обед		36,2	32,1	152,9	1044,9
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 "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
Полдник		3,6	8,2	85,5	430
Булочка "Новомосковская"	100	2,8	7,5	44,0	255
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51
Сок яблочный в индивидуальной упаковке	200	0,5	0,0	34,0	138
Апельсин	182	0,7	0,7	28,9	125
ИТОГО:		72	77	312	2224

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Ерёмина Л.М.

Повар-бригадир

Панкина М.М.