

Утверждаю:
Начальник лагеря *Захаркина Е.О.*
 "08" июля 2026г



28ч

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (8)
 на 08.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		21,0	15,5	105,9	646,1
Каша рисовая жидкая	200	6,5	6,8	32,4	217
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112
Банан	205	2,0	0,7	17,5	84
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77
Обед		29,5	32,8	131,6	939,1
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	6,1	6,7	7,8	116
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная	90	15,2	13,7	10,0	224
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176
Сок персиковый	200	0,5	0,0	34,0	138
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103
Полдник		11,2	15,6	52,9	396,4
Пряник "Народный"	50	6,2	12,2	34,8	273
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51
Йогурт промышленного производства в Фрутис 5%	115	4,9	3,4	5,5	72
ИТОГО:		62	64	290	1981

Итого: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ер
Панкина

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.

Начальник лагеря

Утверждаю:

Захаркина Е.О.

июля 2026г

16ч

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
(8)
на 08.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		24,1	18,8	125,3	766,7
Каша рисовая жидкая	250	8,1	9,4	40,5	279
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130
Кофейный напиток	200	4,9	3,2	15,9	112
Банан	205	2,7	0,9	28,8	134
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77
Обед		33,6	34,9	143,8	1023,6
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	6,1	6,7	7,8	116
Котлета рыбная "Белоснежка", запеченная	100	17,3	15,2	12,9	258
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188
Сок персиковый	200	0,5	0,0	25,5	104
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154
Хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137
Полдник		14,0	20,9	52,9	455,3
Пряник "Народный"	50	6,2	12,2	34,8	273
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51
Йогурт промышленного производства Фрутис 5%	115	7,7	8,7	5,5	131
ИТОГО:		72	75	322	2246

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.