

Утверждаю:
Начальник лагеря **Захаркина Е.О.**

"09" июля 2026г

28ч

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (9)
на 09.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		30,3	25,0	76,3	651,4
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285
Овощи на поджаривание					
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	70	2,3	0,2	4,9	31
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113
Вафли "Сливочные"	30	1,6	1,3	34,0	154
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Хлеб пшеничный	20	0,5	0,3	7,6	34
Обед		29,2	33,0	129,2	930,4
Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,1	4,9	3,3	62
Суп сырный с курицей	250/15	8,2	8,1	23,7	201
Курица, в соусе с томатом	100	12,1	13,6	1,8	178
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103
Полдник		9,0	9,8	67,2	393,0
Печенье "К кофе"	50	1,8	4,5	43,8	222,9
Молоко витаминизированное "Наша Маша"	200	5,8	5,0	9,4	106
Слива	105	1,4	0,3	14,0	64
ИТОГО:		68	68	273	1975

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

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 (9)
на 09.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		32,6	26,1	97,0	752,5
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285
Овощи на поджаривание					
Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)	100	3,1	0,2	6,5	40
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113
Вафли "Сливочные"	30	2,7	2,2	43,0	203
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77
Обед		30,5	34,5	150,4	1034,1
Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,1	4,9	3,3	62
Суп сырный с курицей	250/15	8,2	8,1	23,7	201
Курица, в соусе с томатом	100	12,1	13,6	1,8	178
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191
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
Полдник		10,7	13,0	74,4	457,4
Печенье "Ккофе"	50	3,5	6,3	51,0	274,7
Молоко витаминизированное "Наша Маша"	200	5,8	6,4	9,4	118
Слива	105	1,4	0,3	14,0	64
ИТОГО:		74	74	322	2244

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

Еремина Л.М.

Панкина М.М.