

Начальник лагеря

Утверждаю:

Захаркина Е.О.

13 июля

2026г

28ч

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (11)  
на \_13.07.2026г.**

| Наименование блюда                               | Химический состав |             |             |              |              |
|--------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|                                                  | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |
| <b>Завтрак</b>                                   |                   | <b>25,4</b> | <b>31,0</b> | <b>70,4</b>  | <b>662,2</b> |
| Вермишель в молоке                               | 250               | 8,1         | 9,2         | 25,8         | 218          |
| Бутерброд с маслом с сыром                       | 55                | 4,3         | 9,7         | 10,7         | 147          |
| Кофейный напиток                                 | 200               | 4,9         | 3,2         | 15,9         | 112          |
| Йогурт промышленного производства<br>Фрутис 2,5% | 115               | 7,7         | 8,7         | 9,2          | 146          |
| Хлеб пшеничный                                   | 20                | 0,4         | 0,2         | 8,8          | 39           |
| <b>Обед</b>                                      |                   | <b>32,0</b> | <b>32,4</b> | <b>127,2</b> | <b>927,6</b> |
| Салат из свежих огурцов с зеленым горошком       | 100               | 1,2         | 5,1         | 4,5          | 69           |
| Суп картофельный с рыбой                         | 250/60            | 11,2        | 4,9         | 12,9         | 141          |
| Орзотто со свиной                                | 250               | 16,9        | 21,2        | 44,0         | 434          |
| Компот из смеси сухофруктов                      | 200               | 0,5         | 0,0         | 25,5         | 104          |
| Хлеб пшеничный                                   | 40                | 0,8         | 0,4         | 17,6         | 77           |
| Хлеб ржаной                                      | 60                | 1,4         | 0,8         | 22,7         | 103          |
| <b>Полдник</b>                                   |                   | <b>9,1</b>  | <b>4,9</b>  | <b>73,5</b>  | <b>374,5</b> |
| Вафли "Сливочные"                                | 40                | 6,3         | 4,0         | 32,1         | 190          |
| Чай с сахаром                                    | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6         | 51           |
| Мандарин                                         | 113               | 2,7         | 0,9         | 28,8         | 134          |
| <b>ИТОГО:</b>                                    |                   | <b>66</b>   | <b>68</b>   | <b>271</b>   | <b>1964</b>  |

**ИТОГО: 460,00**

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.

Начальник лагеря

Утверждаю:

Захаркина Е.О.

"13"

июля

2026г

16ч

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания  
(11)  
на 13.07.2026г.**

| Наименование блюда                             | Химический состав |             |             |              |               |
|------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|                                                | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал      |
| <b>Завтрак</b>                                 |                   | <b>26,0</b> | <b>31,3</b> | <b>83,6</b>  | <b>720,1</b>  |
| Вермишель в молоке                             | 250               | 8,1         | 9,2         | 25,8         | 218           |
| Бутерброд с маслом с сыром                     | 55                | 4,3         | 9,7         | 10,7         | 147           |
| Кофейный напиток                               | 200               | 4,9         | 3,2         | 15,9         | 112           |
| Йогурт промышленного производства Фрутисс 2,5% | 115               | 7,7         | 8,7         | 9,2          | 146           |
| Хлеб пшеничный                                 | 50                | 1,0         | 0,5         | 22,0         | 97            |
| <b>Обед</b>                                    |                   | <b>34,9</b> | <b>34,3</b> | <b>152,3</b> | <b>1057,5</b> |
| Салат из свежих огурцов с зеленым горошком     | 100               | 1,2         | 5,1         | 4,5          | 69            |
| Суп картофельный с рыбой                       | 250/80            | 12,9        | 6,2         | 12,9         | 159           |
| Орзотто со свиной                              | 250               | 16,9        | 21,2        | 44,0         | 434           |
| Компот из смеси сухофруктов                    | 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           |
| <b>Полдник</b>                                 |                   | <b>12,1</b> | <b>7,7</b>  | <b>84,6</b>  | <b>456,1</b>  |
| Вафли "Сливочные"                              | 40                | 9,3         | 6,8         | 43,2         | 271           |
| Чай с сахаром                                  | 200               | 0,1         | 0,0         | 12,6         | 51            |
| Мандарин                                       | 113               | 2,7         | 0,9         | 28,8         | 134           |
| <b>ИТОГО:</b>                                  |                   | <b>73</b>   | <b>73</b>   | <b>321</b>   | <b>2234</b>   |

**ИТОГО: 460,00**

Мед. Работник

*Ермина Л.М.*

Ерёмина Л.М.

Повар-бригадир

*Панкина М.М.*

Панкина М.М.