

Начальник лагеря

Утверждаю:

Захаркина Е.О.

июля

2026г

28ч

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания (12)
на 14.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		19,1	17,9	108,5	670,8
Каша гречневая жидкая	200	8,6	10,3	30,3	248
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113
Яблоко	205	0,5	0,5	27,0	115
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
Обед		39,9	33,7	105,2	883,7
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61
Свекольник с курицей, со сметаной	250/15/5	7,8	6,7	21,0	176
Биточки печеные	100	25,4	15,2	5,1	259
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,0	16,6	67
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69
Полдник		5,6	10,1	64,0	369,3
Булочка "Новомосковская"	100	5,1	10,1	30,0	231
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138
ИТОГО:		65	62	278	1924

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.

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

"14" июля 2026г

16ч

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
(12)
на 14.07.2026г.**

Наименование блюда	Химический состав				
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал
Завтрак		22,0	20,7	116,2	738,6
Каша гречневая жидкая	250	10,8	12,5	38,0	308
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113
Яблоко	205	0,5	0,5	27,0	115
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
Обед		42,8	34,8	139,3	1041,6
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61
Свекольник с курицей, со сметаной	250/15/5	7,8	6,7	21,0	176
Биточки печеночные	100	25,4	15,2	5,1	259
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,0	16,6	67
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154
Хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137
Полдник		6,2	16,2	53,6	385,0
Булочка "Новомосковская"	100	6,1	16,2	41,0	334
Сок яблочный	200	0,1	0,0	12,6	51
ИТОГО:		71	72	309	2165

ИТОГО: 460,00

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ерёмина Л.М.

Панкина М.М.