

Утверждаю:

Минх ИБ ✓
"03" 08 2026г.

**Меню для детей с 7 лет в лагере дневного пребывания
на 3 августа 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		19,7	14,8	80,7	535	
Каша рисовая	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	
мандарин	108	2	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		28	32	109	837	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом	250/10/5	6,1	6,7	7,8	116	
Котлета рыбная "Белоснежка " запеченая	90	15,2	13,7	10,0	224	
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	
сок яблочный	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	16	53	396	
Булочка домашняя	75	6,2	12,2	34,8	273	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
снежок	125	4,9	3,4	5,5	72	
ИТОГО:		59	62	243	1768	

повар

Батеко Н.А.

Вс

Утверждаю:

Михх ИБ
"03" 08 2026г.

**Меню для детей с 12 лет в лагере дневного пребывания
на 3 августа 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		24,6	20,7	112,4	733	
Каша рисовая	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	
хлеб пшеничный	40	0,5	0,3	7,6	34	
хлеб ржаной	20	0,8	0,4	17,6	77	
мандарин	108	3,2	2,7	15,9	101	
Обед		40	32	132	978	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом	250/10/5	7,9	5,8	15,5	146	
Котлета рыбная "Белоснежка" запеченая	100	24,0	14,1	15,5	285	
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	
хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
хлеб ржаной	80	1,8	1,0	30,2	137	
Полдник		13	17	63	451	
Булочка домашняя	750	5,1	7,8	41,0	255	26,25
Чай с сахаром	200	7,7	8,7	9,2	146	18,98
снежок	125	0,1	0,0	12,6	51	1,68
ИТОГО:		78	69	308	2162	369,82

повар

Батеко Н.А.

Батеко