

Утверждаю:

Мина Н.А.
" 4 " августа 2026г.

**Меню для детей с 7 лет в лагере дневного пребывания
на 4 августа 2026г.**

Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		28	23	58	543	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	
Овощи на подгарнировку:						
Горошек зеленый консервированный	70	2,3	0,2	4,9	31	
печенье Сормовское	50	1,6	1,3	34,0	154	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед		27,4	32,3	105,0	821	
<i>салат из помидоров и огурцов</i>	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	0,5	0,0	25,5	104	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		8,1	11,4	66,8	402	
рогалик	60	1,5	4,7	43,8	224	
Снежок	200	5,2	6,4	9,0	114	
банан	160	1,4	0,3	14,0	64	
ИТОГО:		63	66	230	1765	

повар

Батеко Н.А.

Батеко

Утверждаю:

Минх НБ
" 4 " августа 2026г.

Меню для детей с 12 лет в лагере дневного пребывания на 4 августа 2026г.						
Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		33	26	97	752	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	
Овощи на поджаривание:						
Горошек зеленый консервированный	100	3,1	0,2	6,5	40	
печенье сармское	50	2,7	2,2	43,0	203	
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	
Обед		28,3	33,5	118,7	890	
<i>салат из помидоров и огурцов</i>	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	0,5	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		10,1	13,0	74,0	452,7	
рогалик	60	3,5	6,3	51,0	275	
Снежок	200	5,2	6,4	9,0	114	
банан	160	1,4	0,3	14,0	64	
ИТОГО:		71	73	290	2094	

повар

Батко Н.А

Пав