

Утверждаю:

Минин И.В.
"10" августа 2026г.

Меню для детей с 7 лет в лагере дневного пребывания на 10 августа 2026г.						
Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		19,9	27,3	77,4	635	
Каша 3 злака жидкая	250	9,9	11,3	34,0	277	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	
Йогурт клубничный	125	7,7	8,7	9,2	146	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	
Обед		37	27	114	842	
Салат из свежих помидор с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	
Суп овощной с фасолью с мясом	250/10	8,7	5,5	15,5	146	
Котлета "Богатырская"	100	18,5	11,1	14,0	229	
Картофель тушеный	200	5,7	4,2	23,0	153	
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	25,0	104	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	
хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		8	13	61	388	
вафли обожайка	75	6,2	12,2	34,8	273	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
апельсин		1,4	0,3	14,0	64	
ИТОГО:		64	66	253	1865	0,00

повар

Батеко Н.А.

Батеко

Утверждаю:

Минко И.В.
 "10" августа 2026г.

Меню для детей с 12 лет в лагере дневного пребывания на 10 августа 2026г.						
Наименование блюда	Химический состав					
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,6	30,1	82,0	681	
Каша 3 злака жидкая	250	9,9	11,3	34,0	277	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	
Йогурт клубничный	125	7,7	8,7	9,2	146	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Обед		40	31	126	938	
Салат из свежих помидор с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	
Суп овощной с фасолью с мясом	250/10	8,7	5,5	15,5	146	
Котлета "Богатырская"	100	18,5	11,1	14,0	229	
Картофель тушеный	230	8,2	8,1	26,4	211	
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	25,0	104	
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	
хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		9	13	69	428	
вафли обожайка	75	6,2	12,2	34,8	273	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	
апельсин		2,3	0,8	22,0	104	
ИТОГО:		69	74	277	2047	

повар

Батеко Н.А.

Бач