

Начальник лагеря "Солнечный"

А.Г.Озчетина А.Г.Озчетина

Меню для детей в лагере дневного пребывания от 7 - 11 лет
"10" августа 2025 год

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		16,9	25,6	70,4	580	52,85
Каша "5 злаков"	200	6,9	9,6	27,0	222	22,69
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,90
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	3,18
Хлеб витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39	2,86
Йогурт молочный	125	7,7	8,7	9,2	146	12,22
Обед		38	27	138	947	152,01
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	34,13
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/10	8,7	5,5	15,5	146	30,56
Котлета из говядины "Богатырская"	100	18,5	11,1	14,0	229	46,76
Картофель тушеный	200	5,7	4,2	23,0	153	23,70
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	4,25
Хлеб пшеничный	60	1,4	0,7	30,8	135	6,72
Хлеб ржаной	60	1,1	0,6	18,9	86	4,31
Полдник		10	9	45	299	58,45
Чай с сахаром	60	8,0	8,7	15,7	173	2,47
Фрукт "Мандарин"	100	1,4	0,3	14,0	64	28,60
Булочка	80	6,2	12,2	34,8	273	27,38
ИТОГО:		64	62	253	1825	261,73

Повар Л.Н.Григорьева Л.Н.Григорьева

Начальник лагеря "Солнечный"

А.Г.Озчетина

А.Г.Озчетина

Меню для детей в лагере дневного пребывания от 12 лет
"10" августа 2025 год

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,6	30,1	82,0	681	68,75
Каша "5 злаков"	250	9,9	11,3	34,0	277	30,99
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,86
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	3,92
Хлеб витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39	2,23
Йогурт молочный	125	7,7	8,7	9,2	146	13,75
Обед		41	31	149	1041	156,74
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	34,13
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/10	8,7	5,5	15,5	146	30,56
Котлета из говядины "Богатырская"	100	18,5	11,1	14,0	229	47,27
Картофель тушеный	230	8,2	8,1	26,4	211	23,70
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	25,5	104	4,25
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	8,54
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	6,71
Полдник		10	9	45	299	58,45
Чай с сахаром	60	8,0	8,7	15,7	173	2,47
Фрукт "Мандарин"	100	1,4	0,3	14,0	64	28,60
Булочка	80	6,2	12,2	34,8	273	27,38
ИТОГО:		71	71	276	2021	282,36

Повар *Л.Н.Григорьева* Л.Н.Григорьева