

Начальник лагеря "Солнечный"

Озетина А.Г. Озетина

Меню для детей в лагере дневного пребывания с 7 - 11 лет "28" июля 2026 год						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		29	27	82	690	86,48
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	39,14
Пряник "К чаю"	20	1,9	3,5	19,0	115	3,80
Фрукт мандарин	140	0,5	0,5	24,0	103	30,80
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	11,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Обед		38,7	32,2	126,7	951,3	153,61
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	7,3	8,2	10,2	144	17,45
Уха рыбацкая	250/60	10,8	4,9	12,2	136	46,27
Котлеты из говядины и свинины	100	15,4	15,6	15,8	265	48,83
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	150	2,5	2,5	30,0	153	24,38
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	8,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,37
Хлеб витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39	2,85
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	4,46
Полдник		3,4	8,0	80,6	408	34,30
Булочка домашняя на масле растительном	50	2,8	7,5	44,0	255	5,57
Фрукт груша	130	0,5	0,5	24,0	103	27,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	1,73
ИТОГО:		71	68	289	2049	274,39

Повар Григорьева Л.Н. Григорьева

А.Г. Озчетина А.Г. Озчетина

Меню для детей в лагере дневного пребывания с 12 лет "28" июля 2026 год						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		31	32	87	763	100,17
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	42,42
Пряник "К чаю"	30	4,5	8,3	24,0	189	5,70
Фрукт мандарин	140	0,5	0,5	24,0	103	30,80
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	18,08
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,61
Обед		41,2	35,0	140,3	1040,3	181,71
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	7,3	8,2	10,2	144	14,06
Уха рыбацкая	250/80	12,5	6,1	12,2	154	59,53
Котлеты из говядины и свинины	100	15,4	15,6	15,8	265	48,83
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	200	2,8	3,8	33,3	178	34,11
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	8,00
Хлеб пшеничный	35	0,7	0,4	15,4	68	3,54
Хлеб витаминизированный	35	0,7	0,4	15,4	68	8,55
Хлеб ржаной	70	1,6	0,9	26,4	120	5,09
Полдник		3,6	8,2	85,5	431	35,04
Булочка домашняя на масле растительном	50	2,8	7,5	44,0	255	5,57
Фрукт груша	150	0,7	0,7	28,9	125	27,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,47
ИТОГО:		76	75	313	2233	316,92

Повар Л.Н. Григорьева