



Утверждаю:

2025г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания  
на июль 2025г.

| Наименование блюда                                             | Химический состав |          |         |        |          | цена, руб. |
|----------------------------------------------------------------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
|                                                                | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| Завтрак                                                        |                   | 30,3     | 25,0    | 76,3   | 651,4    | 89-58      |
| Драже                                                          | 200               | 22,7     | 20,5    | 2,4    | 285      | 50-23      |
| Овощи на поджаривание                                          |                   |          |         |        |          |            |
| Горошек зеленый консервированный (после термической обработки) | 40                | 2,3      | 0,2     | 4,9    | 31       | 12-40      |
| Чай с молоком                                                  | 200               | 2,8      | 2,5     | 19,9   | 113      | 12-45      |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте | 30                | 1,6      | 1,3     | 34,0   | 154      | 10-50      |
| Хлеб ржаной                                                    | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2-00       |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20                | 0,5      | 0,3     | 7,6    | 34       | 2-00       |
| Обед                                                           |                   | 29,2     | 33,0    | 129,2  | 930,4    | 107-88     |
| Пюре из свеклы                                                 | 100               | 1,1      | 4,9     | 3,3    | 62       | 17-09      |
| Суп сырный с курицей                                           | 250/15            | 8,2      | 8,1     | 23,7   | 201      | 38-83      |
| Курица, в соусе с томатом                                      | 100               | 12,1     | 13,6    | 1,8    | 178      | 29-62      |
| Каша гречневая вязкая отварная                                 | 150               | 4,3      | 5,1     | 24,3   | 160      | 8-44       |
| Компот из сухофруктов                                          | 200               | 0,9      | 0,0     | 27,0   | 112      | 4-90       |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30                | 1,2      | 0,6     | 26,4   | 116      | 3-00       |
| Хлеб ржаной                                                    | 30                | 1,4      | 0,8     | 22,7   | 103      | 3-00       |
| Полдник                                                        |                   | 9,0      | 9,8     | 67,2   | 393,0    | 57-39      |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте       | 60                | 1,8      | 4,5     | 43,8   | 222,9    | 17-04      |
| Сок фруктовый                                                  | 200               | 5,8      | 5,0     | 9,4    | 106      | 21-60      |
| Пюре из картофеля                                              | 125               | 5,2      | 6,4     | 9,0    | 114      | 18-15      |
| ИТОГО:                                                         |                   | 68       | 68      | 273    | 1975     | 254-25     |

Мед. Работник

Повар-бригадир

| Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания<br>на <i>июль</i> 2025г. |                   |             |             |              |               |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
| Наименование блюда                                                                     | Химический состав |             |             |              |               | цена, руб.    |
|                                                                                        | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал      |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                         |                   | <b>32,6</b> | <b>26,1</b> | <b>97,0</b>  | <b>752,5</b>  | <b>92-70</b>  |
| <i>Вареники</i>                                                                        | 200               | 22,7        | 20,5        | 2,4          | 285           | 50-23         |
| Овощи на поджаривание                                                                  |                   |             |             |              |               |               |
| Горошек зеленый консервированный (после термической обработки)                         | <i>60</i>         | 3,1         | 0,2         | 6,5          | 40            | 13-00         |
| Чай с молоком                                                                          | 200               | 2,8         | 2,5         | 19,9         | 113           | 12-45         |
| Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте <i>печенье</i>          | 50                | 2,7         | 2,2         | 43,0         | 203           | 11-02         |
| Хлеб ржаной                                                                            | 20                | 0,5         | 0,3         | 7,6          | 34            | 2-00          |
| Хлеб пшеничный                                                                         | 40                | 0,8         | 0,4         | 17,6         | 77            | 4-00          |
| <b>Обед</b>                                                                            |                   | <b>30,5</b> | <b>34,5</b> | <b>150,4</b> | <b>1034,1</b> | <b>118-44</b> |
| <i>салат из свежих овощей</i>                                                          | 100               | 1,1         | 4,9         | 3,3          | 62            | 17-09         |
| Суп сырный с курицей                                                                   | 250/15            | 8,2         | 8,1         | 23,7         | 201           | 38-83         |
| Курица, в соусе с томатом                                                              | 100               | 12,1        | 13,6        | 1,8          | 178           | 29-62         |
| Каша гречневая вязкая отварная                                                         | 180               | 4,8         | 6,1         | 29,2         | 191           | 9-00          |
| Компот из <i>фруктов</i>                                                               | 200               | 0,9         | 0,0         | 27,0         | 112           | 7-90          |
| Хлеб пшеничный                                                                         | 80                | 1,6         | 0,8         | 35,2         | 154           | 8-00          |
| Хлеб ржаной                                                                            | 80                | 1,8         | 1,0         | 30,2         | 137           | 8-00          |
| <b>Полдник</b>                                                                         |                   | <b>10,7</b> | <b>13,0</b> | <b>74,4</b>  | <b>457,4</b>  | <b>58-35</b>  |
| Мучное изделие промышленного производства в ассортименте                               | 80                | 3,5         | 6,3         | 51,0         | 274,7         | 18-00         |
| <i>сок фруктовый</i>                                                                   | 200               | 5,8         | 6,4         | 9,4          | 118           | 21-60         |
| <i>Пюре мясное</i>                                                                     | <i>125</i>        | 1,4         | 0,3         | 14,0         | 64            | 18-75         |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                          |                   | <b>74</b>   | <b>74</b>   | <b>322</b>   | <b>2244</b>   | <b>269-49</b> |

Мед. Работник

Повар-бригадир

*Авдеева О.И.*  
*Мед. 10.11.25*