

наименование  
Варимышова К.А. 06  
"10" 06  
Утверждаю:  
2025г.

| Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания<br>на июль 2025г. |                   |          |         |        |          |            |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------|---------|--------|----------|------------|
| Наименование блюда                                                          | Химический состав |          |         |        |          | цена, руб. |
|                                                                             | Выход, г          | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал |            |
| <b>Завтрак</b>                                                              |                   | 17,5     | 23,9    | 83,5   | 618,3    | 82-80      |
| Каша пшенная жидкая                                                         | 200               | 6,6      | 7,4     | 23,7   | 188      | 27-60      |
| Бутерброд с маслом                                                          | 20/10             | 1,8      | 7,1     | 9,9    | 111      | 15-50      |
| Чай с лимоном                                                               | 200/5             | 0,1      | 0,0     | 15,5   | 62       | 3-95       |
| Йогурт промышленного производства в ассортименте                            | 125               | 7,7      | 8,7     | 9,2    | 146      | 18-75      |
| Дюша варенье                                                                | 60                | 5,1      | 4,6     | 0,3    | 63       | 12-00      |
| мед ромашка                                                                 | 20                | 0,5      | 0,3     | 13,2   | 34       | 2-00       |
| мед шиповник                                                                | 30                | 0,6      | 0,3     | 4,6    | 58       | 3-00       |
| <b>Обед</b>                                                                 |                   | 32,4     | 29,4    | 129,1  | 909,8    | 121-84     |
| Салат из огурцов с маслом                                                   | 100               | 0,9      | 5,1     | 1,2    | 54       | 12-65      |
| Суп домашний с мясом со сметаной                                            | 250/10/5          | 6,9      | 5,2     | 11,2   | 119      | 36-63      |
| Паста "Карбонара" с курицей                                                 | 250               | 21,9     | 17,9    | 50,9   | 452      | 60-74      |
| Компот из смеси сухофруктов                                                 | 200               | 0,5      | 0,0     | 25,5   | 104      | 6-65       |
| Хлеб пшеничный                                                              | 30                | 0,8      | 0,4     | 17,6   | 77       | 3-00       |
| Хлеб ржаной                                                                 | 30                | 1,4      | 0,8     | 22,7   | 103      | 3-00       |
| <b>Полдник</b>                                                              |                   | 13,4     | 8,6     | 69,5   | 409,0    | 56-10      |
| Кондитерское мучное изделие промышленного производства                      | 50                | 12,7     | 7,9     | 21,0   | 206      | 17-50      |
| Сок в ассортименте                                                          | 200               | 0,2      | 0,2     | 27,5   | 113      | 17-00      |
| Фрукт в ассортименте                                                        | 150               | 0,5      | 0,5     | 21,0   | 91       | 21-60      |
| <b>ИТОГО:</b>                                                               |                   | 63       | 62      | 282    | 1937     | 260-74     |

Мед. Работник

Повар-бригадир

Волгунова С.И. Л  
Мед. 10.07.25

нач. лагеря  
Таритуканов Р.А.  
 "10"  Утверждаю:  
Кар  
 2025г.

| Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания<br>на <u>июль</u> 2025г. |                   |             |             |              |               |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
| Наименование блюда                                                                     | Химический состав |             |             |              |               | цена, руб.    |
|                                                                                        | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал      |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                         |                   | <b>21,5</b> | <b>29,8</b> | <b>94,9</b>  | <b>733,0</b>  | <b>87-70</b>  |
| Каша пшенная жидкая                                                                    | 250               | 9,9         | 10,5        | 30,5         | 256           | 28-00         |
| Бутерброд с маслом                                                                     | 30/15             | 2,5         | 9,9         | 14,5         | 157           | 20-00         |
| Чай с лимоном                                                                          | 200/5             | 0,1         | 0,0         | 15,5         | 62            | 3-95          |
| Йогурт промышленного производства в ассортименте                                       | 125               | 7,7         | 8,7         | 9,2          | 146           | 18-75         |
| <u>Яича вареные</u>                                                                    | <u>60</u>         | <u>5,1</u>  | <u>4,6</u>  | <u>0,3</u>   | <u>63</u>     | <u>12-00</u>  |
| <u>Хлеб пшеничный</u>                                                                  | <u>30</u>         | <u>0,6</u>  | <u>0,3</u>  | <u>13,2</u>  | <u>58</u>     | <u>3-00</u>   |
| <u>Хлеб ржаной</u>                                                                     | <u>20</u>         | <u>0,5</u>  | <u>0,3</u>  | <u>7,6</u>   | <u>34</u>     | <u>2-00</u>   |
| <b>Обед</b>                                                                            |                   | <b>36,0</b> | <b>33,5</b> | <b>156,6</b> | <b>1071,9</b> | <b>136-93</b> |
| Салат из огурцов с маслом                                                              | 100               | 0,9         | 5,1         | 1,2          | 54            | 12-65         |
| Суп домашний с мясом со сметаной                                                       | 250/10/5          | 6,9         | 5,2         | 11,2         | 119           | 36-63         |
| Паста "Карбонара" с курицей                                                            | 300               | 24,3        | 21,4        | 53,3         | 503           | 65-00         |
| Компот из смеси сухофруктов                                                            | 200               | 0,5         | 0,0         | 25,5         | 104           | 6-65          |
| Хлеб пшеничный                                                                         | 80                | 1,6         | 0,8         | 35,2         | 154           | 2-00          |
| Хлеб ржаной                                                                            | 80                | 1,8         | 1,0         | 30,2         | 137           | 2-00          |
| <b>Полдник</b>                                                                         |                   | <b>13,7</b> | <b>8,4</b>  | <b>76,0</b>  | <b>434,4</b>  | <b>56-10</b>  |
| Кондитерское мучное изделие промышленного производства                                 | 50                | 12,7        | 7,9         | 21,0         | 206           | 17-50         |
| Сок в ассортименте                                                                     | 200               | 0,5         | 0,0         | 34,0         | 138           | 17-00         |
| Фрукт в ассортименте                                                                   | 150               | 0,5         | 0,5         | 21,0         | 91            | 21-60         |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                          |                   | <b>71</b>   | <b>72</b>   | <b>327</b>   | <b>2239</b>   | <b>280-13</b> |

Мед. Работник

Повар-бригадир

Александр С.М.  
Иванов И.А.