

Утверждаю: Гуляева Р.С.
 2025 г.

МБОУ "ОГКО" г. Филлип
 "ОГКО" - общеобразовательная школа

Меню для детей в лагере дневного пребывания						
с 7 лет на июль 2025 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		19,5	21,6	83,9	661	26-30
Батон с маслом с сыром	30/25	5,3	11,9	118	116	38-10
Суп мясной с крупой	250	6,6	6,6	218	113	18-10
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	14-10
Булочка Розанчик	50	3,5	5,9	18,0	139	12-00
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	20/90	0,4/0,5	0,3/0,3	22/16	39/34	2-00 2-00
Обед		32,6	21,1	123,0		121-41
Напиток из свежих овощей	100	0,9	5,0	31	61	17-63
Суп картофельный с бобовыми с зеленью и зеленью	250/50	9,9	6,7	32,5	230	29-04
Рыба запеченная в масле	90/5	15,8	2,5	10,0	180	37-22
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	23-59
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	12,8	77	5-40
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	40/40	0,8/0,9	0,6/0,5	11,6/15,1	77/69	4-00 4-00
Пудинг		12,7	11,1	51,8		20-11
Сырники творожные со сметаной	200	12,3	10,5	24,2	241	78-59
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	57	2-12

Мед. Работник Котурова С.И.
 Повар-бригадир Котурова С.И.

Меню для детей в лагере дневного пребывания						
с 12.05.25 на июль 2025 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
		19,5	21,6	83,9	661	26-30
Батон с маслом с сыром	30/25	5,3	11,9	11,8	116	38-10
Сыр мажонет с крупой	250	6,6	6,6	21,8	113	18-10
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	14-10
Булочка Розочки	50	3,5	5,9	18,0	139	12-00
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	90/90	14/15	13/13	82/116	39/34	2-00 2-00
Обед						
		39,6	21,1	123,0		121-41
Нарезка из свежих овощей	100	1,9	5,0	31	61	17-63
Суп картофельный с бобовыми с зеленью и зеленью	250/500	9,9	6,7	38,5	230	29-04
Рыба запеченная в масле	90/5	15,8	2,5	19,0	180	37-22
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,1	116	23-59
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	12,8	77	5-40
Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	40/40	18/19	11/15	116/151	77/69	4-00 4-00
Творог		12,1	11,1	51,8		20-11
Сыр творожный со сливками и маком	200	12,3	10,5	24,2	241	78-59
Торт с шоколом	200	0,1	0,0	12,6	57	2-12

Мед. Работник

Повар-бригадир

Котурова Г. И.
Котурова Г. И.



Утверждаю:

Тулдасбаева Г.С.

12.07

2025г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания

с 7 лет

на июль

2025 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		23,8	24,3	77,5		62-36
Каша рисовая жидкая	200	6,5	6,8	32,4	217	23-44
Бутерброд Свенска	20	1,8	1,9	1,5	203	34-20
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2-12
Пюре картофельное	125	5,2	6,4	9,0	114	18-15
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	2,8	39	2-00
Обед		22,3	31,2	129,4		121-05
Нарезка из свежих овощей	100	0,9	5,1	1,2	54	12-65
Берек из свежей капусты со сметаной и грибами	250/5/5	6,5	7,4	16,7	159	27-95
Берек запеченный под соусом	30	1,6	1,0	0,6	169	43-58
Макароны отварные	120	4,2	5,9	44,2	247	11-87
Напиток из ягод шиповника	200	0,2	0,8	15,1	61	9-30
Хлеб пшеничный; Хлеб ржаной	40/40	0,8/0,9	0,4/0,5	11,9/15,1	77/69	4-00/4-00
Грибы		8,5	6,0	74,1	385	57-90
Булочка ванильная	60	6,1	5,6	44,5	253	27-00
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	17-00
Фрукты - ассорти	120	2,2	0,4	14,5	70	27-60

Мед. Работник

Айгулова С.С.

Повар-бригадир

Айгулова С.С.



Меню для детей в лагере дневного пребывания						
12 лет на шашлык 2025г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		238	24,3	71,5		62-36
Каша рисовая сладкая	200	6,5	6,8	32,4	217	23-44
Бутерброд Сметана	80	11,8	19,9	11,5	203	34-20
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2-12
Пюре картофельное	125	5,2	6,4	9,0	114	18-15
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	2,8	39	2-00
Обед		281,3	31,2	123,4		121-05
Нарезка из свинины соевая	100	0,9	5,1	1,2	54	12-65
Берез из свинины капуста соевая	250/5/5	6,5	7,4	16,7	153	27-95
Макароны отварные	30	14,6	12,0	0,6	163	43-58
Пюре картофельное	180	4,2	5,9	44,2	247	11-87
Напиток из фруктов и ягод	200	0,2	0,8	15,1	61	9-30
Хлеб пшеничный; Хлеб ржаной	40/40	0,8/0,9	0,4/0,5	11,9/15,1	17/69	4-00/4-00
Булочка ванильная	60	8,5	6,0	74,1	325	57-90
Сок яблочный	200	6,1	5,6	44,5	253	21-00
Фрукты - нектарин	120	0,5	9,0	34,0	138	17-00

Мед. Работник Айтукулова С.Н.

Повар-бригадир Айтукулова С.Н.