

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»

ООО "НЕКТАР"
по договору соисполнения
Белая А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»

ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025 К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 03 " 06 2026г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
Завтрак					
73 Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
268 Котлета из говядины	90	14,18	13,75	11,77	230,40
303 Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
379 Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
ПР Хлеб ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
Итого	560	28,22	26,36	87,58	696,16
Обед					
71 Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
82 Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
292/331 Птица, тушенная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
358 Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338 Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого	825	22,67	18,86	121,46	751,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1385	50,89	45,22	209,04	1447,89

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 03 " 06 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
Завтрак						
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
268	Котлета из говядины	100	15,76	15,28	13,08	256,00
303	Каша вязкая гречневая	150	4,58	5,00	20,52	145,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	635	30,85	31,04	107,93	833,37
Обед						
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	995	29,51	24,06	143,26	918,61
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1630	60,36	55,10	251,19	1751,98

Зав.произв

Приятного аппетита