

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»

ООО "НЕКТАР"
по договору исполнения
Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»

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



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 10 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222	Пудинг из творога (запеч) со сгущ.молоком	150/20	24,18	21,19	46,91	475,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	520	27,36	22,11	97,15	700,90
	Обед					
74	Икра овощная	60	1,31	1,67	7,36	49,73
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
291	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,16	274,80
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
ПР	Печенье	30	1,93	2,45	30,49	112,00
	Итого	740	25,40	18,47	142,85	798,16
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1260	52,76	40,58	240,00	1499,06

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 10 " 06 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222	Пудинг из творога (запеч) со сгущ.молоком	200/20	30,29	28,25	55,91	598,65
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	570	33,47	29,17	105,37	824,55
	Обед					
74	Икра овощная	100	2,19	2,78	12,28	83,00
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
ПР	Печенье	40	2,56	3,26	40,48	148,74
	Итого	915	32,81	24,05	182,18	1025,42
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1485	66,28	53,22	287,55	1849,97

Зав.произв

Приятного аппетита