

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря



«СОГЛАСОВАНО»
ООО «НИКТАР»
по договору соисполнения
Белан А.С.



«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025-К от 22.12.25
Кравченко Т.Н.



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 06 " 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181.1	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	50/20	7,29	6,91	22,90	183,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,39	24,60	117,00
	Итого	530	18,64	12,11	95,78	632,00
	Обед					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
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
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	805	23,68	20,85	103,83	697,14
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1335	42,32	32,96	199,61	1329,14

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 06 " 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181.1	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	7,18	4,13	38,55	298,81
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	100/20	13,08	13,78	34,44	314,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	Итого	620	24,43	19,76	113,35	810,71
	Обед					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,47	60,40
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
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
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	975	30,72	27,33	127,68	881,58
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1595	55,15	47,09	241,03	1692,29

Зав.произв

Приятного аппетита