

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник  
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»

ООО "НЕКТАР"  
по договору оказания  
услуг

«УТВЕРЖДАЮ»

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



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 18 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250	3,71	4,46	7,68	89,00
225	Оладьи из творога с молоком сгущенным	50/20	7,33	7,42	20,06	176,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>18,28</b>	<b>15,82</b>	<b>64,89</b>	<b>477,52</b>
	<b>Обед</b>					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,11	3,62	10,83	80,38
89	Щи зеленые	200	2,18	5,30	7,16	91,40
284	Запеканка картофельная с мясом	200	23,30	29,25	27,72	455,00
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
	<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>32,63</b>	<b>39,51</b>	<b>121,03</b>	<b>959,21</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1390</b>	<b>50,91</b>	<b>55,34</b>	<b>185,92</b>	<b>1436,73</b>

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 18 " 06 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	<b>Завтрак</b>					
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250	3,71	4,46	7,68	89,00
225	Оладьи из творога с молоком	100/20	13,16	14,80	28,76	300,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>23,60</b>	<b>23,30</b>	<b>78,48</b>	<b>624,90</b>
	<b>Обед</b>					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	6,04	18,06	134,00
89	Щи зеленые	250	2,73	6,63	8,95	114,25
284	Запеканка картофельная с мясом	250	29,63	30,81	35,22	521,33
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
	<b>Итого</b>	<b>1000</b>	<b>42,02</b>	<b>45,13</b>	<b>152,11</b>	<b>1171,76</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1620</b>	<b>65,62</b>	<b>68,44</b>	<b>230,59</b>	<b>1796,66</b>

Зав.произв

# Приятного аппетита