

Утверждаю:

10 август

2026г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания

на 10 августа 2026г.
с 12 лет.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,5	30,6	97,1	750	
каша <i>5 злаков.</i>	250	9,9	11,3	34,0	277	<i>22.71</i>
Бутерброд с <i>говядиной</i>	<i>30/22</i>	2,5	9,9	14,5	157	<i>5.00</i>
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	<i>4.38</i>
Хлеб пшеничный	<i>20</i>	0,4	0,2	8,8	39	<i>1.59</i>
		0,9	0,5	15,1	69	
<i>сметана</i>	200	7,7	8,7	9,2	146	<i>21.00</i>
Обед		41	31	151	1049	
Салат из свежих помидоров с кукурузой	<i>150</i>	2,1	5,1	9,8	94	<i>26.30</i>
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/10	8,7	5,5	15,5	146	<i>56.32</i>
Котлета из говядины "Богатырская"	<i>200</i>	18,5	11,1	14,0	229	<i>81.26</i>
Картофель тушёный	<i>200</i>	8,2	8,1	26,4	211	<i>4.23</i>
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	<i>8.70</i>
Хлеб пшеничный	<i>20</i>	1,6	0,8	35,2	154	<i>1.59</i>
		1,4	0,8	22,7	103	
Полдник		9	13	69	428	
<i>Вафли.</i>	<i>68</i>	6,2	12,2	34,8	273	<i>23.86</i>
<i>Фрукт: яблоко</i>	<i>227</i>	2,3	0,8	22,0	104	<i>39.95</i>
<i>чай с сахаром.</i>	200	0,1	0,0	12,6	51	<i>0.74</i>
ИТОГО: <i>молочный.</i>	<i>90</i>	72	75	317	2227	<i>81.00</i>

378-63

Мед. Работник

Повар-бригадир

24