

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 1	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (рисовая)	250	2,7	10,25	26,25	215	182	27
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	303	23
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		655	18,11	28,15	111,36	766,2		83,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,1	3	79	54-5з	16
	Борщ зеленый с мясом и сметаной	250	3,6	5,9	16	132	117	36
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,1	10,9	41	293,5	203	27
	Сердце в соусе	120	25,6	26,1	2	346,6	262/330	41,21
	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0	35,8	142	54-34хн	21
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,5
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	38,9	50,4	114,3	1074,2		144,71 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			57,01	78,55	225,66	1840,4		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 2	Пудинг из творога (запеченный) с джемом фруктовым	200/30	24,72	16,6	56,5	475,3	222	32
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	460	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	0,7	0	17,5	76	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		610	32,62	19	124,3	800,5		71,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,4	4,1	3,3	57	54-5з	16
	Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	113	32
	Картофельное пюре	180	3,8	9,9	26,1	226,8	54-11г	25
	Шницель рыбный натуральный рубленый	120	21,6	15,6	2,1	240	259	45,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	35,8	36,2	98,6	950		147,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			68,42	55,2	222,9	1750,5		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ № _____



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 3	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	каша молочная (пшеничная)	250	7,5	10,25	41,5	297,5	121	22
	Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190	300	21
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,7	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		635	21,61	27,95	120,01	814,5		74,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,1	3	79	54-5з	16
	Суп кудрявый	250	2,8	3	20,5	121	120	32
	Овощное рагу с кабачками	180	1,62	7,38	15,3	136,8	182	37
	Котлета из курицы	120	34,9	8,16	0,6	223,2	294	39,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	54-1хн	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,7	93,8	Пром	3
	Кондитерское изделие(пряник)	50	3,55	3,2	35	181	Пром	10
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		980	49,67	29,64	138,9	1027,2		163,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			71,28	57,59	258,91	1841,7		

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 4	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с зеленым горошком /Помидор в нарезке	200/100	21,4	35,7	4	426,5	54-2о/70	33
	Какао с молоком	200	4,9	5	61	190	303	22
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,5
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		565	32,91	53,2	86,41	834,6		74,50 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	100	0,9	7,1	3,9	85	54-5з	16
	Уха ростовская	250	1,4	0,3	0,3	100	151	34
	Каша вязкая (рисовая)	200	3	8	31,6	218	303	25
	Котлеты (особые)	100	24,9	1,7	2,1	117	269	38,17
	Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0	35,8	142	54-34хн	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Кондитерское изделие(пряник)	50	3,55	3,2	35	181	Пром	10
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		980	39,55	21,1	141,7	1005,2		152,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			72,46	74,3	228,11	1839,8		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников:
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 5	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (кукурузная)	250	6,75	10,25	57,5	352,5	182	22
	Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190	300	22
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,5
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	19,36	27,75	126,11	822,6		73,50 Р
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,1	3	79	54-5з	16
	Щи зеленые со сметаной и мясом	250	4,5	6,9	8,8	216,3	159	33
	Жаркое по-домашнему	300	26,7	14,7	32,4	375	54-9м	45,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Кондитерское изделие(печенье)	25	1,6	2,1	18,1	97,7	Пром	10
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		955	39,6	31,6	115,5	1074,2		133,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			58,96	59,35	241,61	1896,8		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ
мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 6	Вареники ленивые с молоком сгущенным	200/30	27,8	23,4	28,8	443,32	217	
ЗАВТРАК	Сыр в нарезке/ Масло сливочное	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	376	
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	37,41	36,3	81,71	800,52		0,00 Р
ОБЕД	Икра из кабачков	100	0,7	3,7	5,8	59	25	20
	Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	113	33
	Картофель отварной с зеленью	180	3,6	7,3	29,1	199,8	348	26
	Рыба запеченая	120	11,52	13,6	19,5	252	245	40,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		1030	25,92	31,2	136,2	999		158,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			63,33	67,5	217,91	1799,52		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ № _____



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 7	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (манка)	250	6	10,2	38	277,5	182	22
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	303	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		655	21,41	28,1	123,11	828,7		77,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	100	0,9	7,1	3,9	85	54-5з	16
	Суп овощной с курицей	250	2	2,4	14,8	90	145	33
	Каша вязкая (пшеничная)	200	6	8,2	33,2	238	303	25
	Котлета из курицы	120	10	12,7	14,52	264	294	40,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	54-1хн	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	25,1	31,2	130,82	963,2		143,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			46,51	59,3	253,93	1791,9		

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 8	Сыр твердых сортов в нарезке/ Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с зеленым горошком /Помидор в нарезке	200/100	21,4	35,7	4	426,5	54-20/70	33
	Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190	300	22
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,5
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		565	32,91	53,2	57,91	834,6		74,50 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,4	4,1	3,3	57	54-5з	16
	Борщ зеленый с мясом и сметаной	250	3,6	5,9	16	132	117	33
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,1	10,9	41	293,5	203	28
	Сердце в соусе	120	25,6	26,1	2	346,6	262/330	41,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	21,2	88	386	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		910	42	47,6	109,8	1045,1		145,17
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			74,91	100,8	167,71	1879,7		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 9	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша молочная (пшеничная)	250	7,5	10,25	41,5	297,5	303	22
	Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190	300	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,7	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	0,3	0	8,6	40	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		655	22,11	28,15	120,61	826,7		77,00 Р
ОБЕД	Икра из кабачков	100	0,7	3,7	5,8	59	25	25
	Уха ростовская	250	1,4	0,3	0,3	100	151	35
	Картофельное пюре	180	3,78	9,9	26,1	226,8	54-11г	24
	Котлеты (особые)	100	24,9	1,7	2,1	117	269	41,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0,3	21,2	88	386	22
	Кондитерское изделие	50	3,3	4,25	36,2	195,5	Пром	10
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,7	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		960	40,68	20,95	124,8	948,5		164,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			62,79	49,1	245,41	1775,2		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 10	Суфле творожное запеченное/Соус вишневый	200/30	27,5	20,8	28,6	420,3	242/378	33
ЗАВТРАК	Сыр в нарезке/ Масло сливочное	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	376	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		635	38,21	33,7	96,21	839,5		88,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	100	0,9	7,1	3,9	85	54-5з	16
	Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	113	33
	Каша вязкая (рисовая)	180	2,7	7,2	28,4	196,2	303	25
	Шницель рыбный натуральный рубленый	120	21,6	15,6	2,1	226,8	259	41,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Кондитерское изделие(пряник)	25	1,7	1,6	17,5	90,5	Пром	10
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,3	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		955	35,9	38,1	119	1024,6		154,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			74,11	71,8	215,21	1864,1		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 11	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (рисовая)	250	2,7	10,25	26,25	215	182	22
	Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190	300	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,3	Пром	4
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		655	18,11	28,15	111,36	766,1		77,00 Р
ОБЕД	Огурец в нарезке	100	0,6	7,1	3	79	70	16
	Суп овощной с курицей	250	2	2,4	14,8	90	145	33
	Овощное рагу с кабачками	180	3	8,5	48,2	260,4	182	28
	Биточек из курицы	120	12,62	20,76	14,28	267,6	54-23м	42,17
	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0	23,6	94	388	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,3	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	24,22	39,56	136,88	953,1		148,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			42,33	67,71	248,24	1719,2		

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 12	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с зеленым горошком /Помидор в нарезке	200/100	21,4	35,7	4	426,5	54-20/70	33
	Какао с молоком	200	4,9	5	61	190	303	22
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,5
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		565	32,91	53,2	86,41	834,6		74,50 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	100	0,9	7,1	3,9	85	54-5з	16
	ПЦи зеленые со сметаной и мясом	250	4,5	6,9	8,8	216,3	159	33
	Картофель отварной с зеленью	180	3,6	5,3	29,1	199,8	348	30
	Котлеты «Московские»	100	13,1	22,7	11,5	305	303	41,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	27	42,6	99,8	1078,1		147,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			59,91	95,8	186,21	1912,7		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 13	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (кукурузная)	250	6,75	10,25	57,5	352,5	182	22
	Кофейный напиток с молоком	200	4,9	5	32,5	190	300	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		655	22,16	28,15	142,61	903,7		77,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	100	0,6	7,1	3	79	54-5з	16
	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250	1,7	2,7	16,2	97	156	33
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,1	10,9	41	293,5	203	24
	Тефтели из говядины	100	9,2	18,1	10	240	54-16м	41,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	54-1хн	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		910	23,8	39,6	134,6	995,7		143,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			45,96	67,75	277,21	1899,4		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ №



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости **посольников**
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 14	Сыр твердых сортов в нарезке/Масло сливочное (порциями)	15/10	3,81	12,1	4,91	137	15/14	16
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (манка)	250	6	10,2	38	277,5	182	22
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	303	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	1,1	0	14,7	62	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		655	21,41	28,1	123,11	828,7		77,00 Р
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,4	4,1	3,3	57	54-5з	16
	Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	113	33
	Каша вязкая (рисовая)	200	3	8	31,6	218	303	22
	Котлета из курицы	120	34,9	8,16	0,6	223,2	294	41,17
	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0	23,6	94	388	22
	Кондитерское изделие(пряник)	50	3,55	3,2	35	181	Пром	10
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		1000	51,65	30,06	141	1055,4		151,17 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			73,06	58,16	264,11	1884,1		

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
Начальник лагеря
МБОУ/МАОУ СОШ № _____



МЕНЮ

мероприятий летнего отдыха, оздоровления и занятости школьников
дети 12 лет и старше

Месяц _____ число _____ 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 15	Пудинг из творога (запеченный) с джемом фруктовым	200/30	24,72	16,6	56,5	475,3	222	33
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,6	1,6	17,3	87	460	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
	Фрукты свежие	100	0,7	0	17,5	76	338	10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		610	32,62	19	124,3	800,5		72,00 Р
ОБЕД	Икра из кабачков	100	0,7	3,7	5,8	59	25	20
	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	2	2,4	14,8	90	145	33
	Картофель отварной с зеленью	200	4	8,1	29,1	199,8	348	24
	Рыба запеченная	120	11,52	13,6	19,5	252	245	42,17
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0	20,2	144	386	22
	Хлеб пшеничный	40	3	0,4	19,6	93,8	Пром	3
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	13,4	68,4	Пром	4
ИТОГО ЗА ОБЕД		950	24,42	28,6	122,4	907		148,17
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			57,04	47,6	246,7	1707,5		

Зав.производством _____