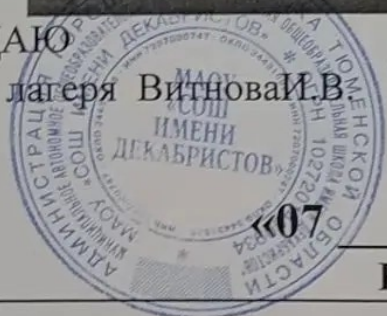




УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря Витнов И.В.



*И.В. Витнов*

## МЕНЮ



9 день

» июля 2026г.

Возрастная категория с 12 лет и старше

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |        |        |         | Цена   |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|--------|--------|---------|--------|
|                                                   |       | Белки,г           | Жиры,г | Угл,г  | ЭЦ,ккал |        |
| Завтрак                                           |       |                   |        |        |         |        |
| Бутерброд с повидлом                              | 18/12 | 1,15              | 0,48   | 12,15  | 62,01   |        |
| Каша молочная рисовая                             | 250   | 6,32              | 6,06   | 23,76  | 185,14  |        |
| Кофейный напиток                                  | 200   | 2,73              | 4,04   | 16,51  | 111,82  |        |
| Яйцо отварное                                     | 40    | 5,16              | 4,64   | 0,32   | 64,00   |        |
| Хлеб ржано-пшеничный витамин.                     | 40    | 2,24              | 0,44   | 23,16  | 110,50  |        |
| Итого:                                            | 503   | 17,60             | 15,66  | 75,90  | 533,47  |        |
| Обед                                              |       |                   |        |        |         |        |
| Овощи свежие ( на поджарнировку)                  | 100   | 1,06              | 3,48   | 2,50   | 61,61   |        |
| Щи из свежей капусты с птицей, сметаной и зеленью | 250   | 4,43              | 9,16   | 13,21  | 165,02  |        |
| Тефтель рыбный                                    | 100   | 12,82             | 8,41   | 11,96  | 161,27  |        |
| Пюре картофельное                                 | 180   | 6,99              | 6,86   | 39,21  | 247,01  |        |
| Компот из кураги                                  | 180   | 0,60              | 0,08   | 21,52  | 90,70   |        |
| Хлеб ржано-пшеничный витамин.                     | 20    | 1,12              | 0,22   | 11,58  | 55,25   |        |
| Хлеб Витаминизированный                           | 20    | 0,89              | 0,17   | 9,26   | 44,20   |        |
| Итого:                                            | 850   | 27,91             | 28,38  | 109,24 | 825,06  |        |
| Полдник                                           |       |                   |        |        |         |        |
| Палочка слоеная с сыром                           | 90    | 8,88              | 9,15   | 18,96  | 157,27  |        |
| Кисель из свежих ягод                             | 180   | 0,16              | 0,05   | 11,36  | 72,31   |        |
| Фрукт (Слива)                                     | 100   | 0,40              | 0,10   | 9,30   | 39,00   |        |
| Итого:                                            | 370   | 9,44              | 9,30   | 39,62  | 268,58  |        |
| Итого за день:                                    |       | 54,95             | 53,34  | 224,76 | 1627,11 | 278,00 |

Зав. Столовой Ниязова Р.Н.

*Р.Н. Ниязова*

Мед. Работник

*Мед. Работник*

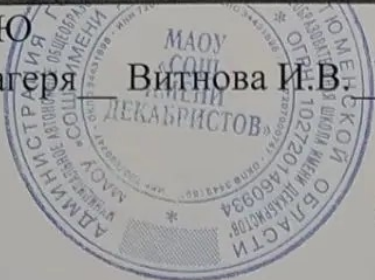




УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря

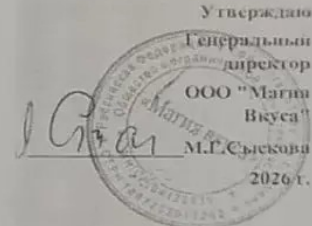
Витнова И.В.



*[Signature]*

# МЕНЮ

07 июля 2026



9 день

Возрастная категория с 7-11 лет

| Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |        |        |         | Цена   |
|---------------------------------------------------|-------|-------------------|--------|--------|---------|--------|
|                                                   |       | Белки,г           | Жиры,г | Угл.,г | ЭЦ,ккал |        |
| Завтрак                                           |       |                   |        |        |         |        |
| Бутерброд с повидлом                              | 18/12 | 1,15              | 0,48   | 12,15  | 62,01   |        |
| Каша молочная рисовая                             | 190   | 4,81              | 6,89   | 18,06  | 145,14  |        |
| Кофейный напиток                                  | 200   | 2,73              | 4,04   | 16,51  | 111,82  |        |
| Яйцо отварное                                     | 40    | 5,16              | 4,64   | 0,32   | 64,00   |        |
| Хлеб ржано-пшеничный витамин.                     | 40    | 2,24              | 0,44   | 23,16  | 110,50  |        |
| Итого:                                            | 503   | 16,09             | 16,49  | 70,20  | 493,47  |        |
| Обед                                              |       |                   |        |        |         |        |
| Овощи свежие ( на поджарнировку)                  | 60    | 0,63              | 0,03   | 2,43   | 12,60   |        |
| Щи из свежей капусты с птицей, сметаной и зеленью | 200   | 3,55              | 8,13   | 8,17   | 132,02  |        |
| Тефтель рыбный                                    | 90    | 11,54             | 8,47   | 9,84   | 145,15  |        |
| Пюре картофельное                                 | 150   | 5,83              | 5,72   | 32,68  | 205,85  |        |
| Компот из кураги                                  | 180   | 0,60              | 0,08   | 21,52  | 90,70   |        |
| Хлеб ржано-пшеничный витамин.                     | 20    | 1,12              | 0,22   | 11,58  | 55,25   |        |
| Хлеб Витаминизированный                           | 20    | 0,89              | 0,17   | 9,26   | 44,20   |        |
| Итого:                                            | 720   | 24,16             | 22,82  | 95,48  | 685,77  |        |
| Полдник                                           |       |                   |        |        |         |        |
| Палочка слоеная с сыром                           | 50    | 6,98              | 7,84   | 14,02  | 126,48  |        |
| Кисель из свежих ягод                             | 180   | 0,16              | 0,05   | 11,36  | 72,31   |        |
| Фрукт (Слива)                                     | 80    | 0,40              | 0,10   | 9,30   | 39,00   |        |
| Итого:                                            | 310   | 7,54              | 7,99   | 34,68  | 237,79  |        |
| Итого за день:                                    |       | 47,79             | 47,30  | 200,36 | 1417,03 | 278,00 |

Зав. Столовой

Ниязова Р.Н.

Мед. Работник

