



УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря Витнова И.В.

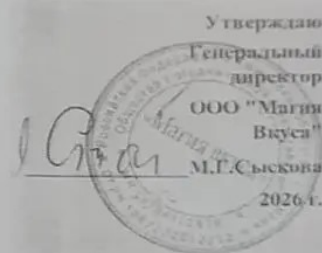


МЕНЮ

13 июля 2026

Возрастная категория с 7-11 лет

13 день



Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Завтрак						
Бутерброд с повидлом	18/15	1,44	0,60	18,20	90,27	
Каша молочная жидкая овсяная	200	4,54	8,05	18,00	135,62	
Какао с молоком	200	3,28	2,83	16,30	119,26	
Яйцо отварное	40	5,16	4,64	0,32	64,00	
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	30	1,68	0,33	17,37	82,87	
Итого:	503	16,10	16,45	70,19	492,02	
Обед						
Суп Лагман с курицей	220	8,80	6,57	26,37	189,72	
Кура запеченная	90	9,51	11,73	4,56	167,91	
Овощное рагу	150	2,90	5,38	19,45	138,00	
Компот из брусники и яблок	200	0,12	0,11	15,39	63,17	
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	20	1,12	0,22	11,58	55,28	
Хлеб Витаминизированный	40	1,79	0,35	18,53	88,40	
Итого:	720	24,24	24,36	95,88	702,48	
Полдник						
Конвертик творожный	50	6,88	7,70	12,04	143,16	
Фрукт Нектарин	110	0,40	0,10	9,30	39,00	
Чай "Витаминный"	200	0,27	0,05	13,46	55,46	
Итого:	370	7,55	7,85	34,80	237,62	
Итого за день:		47,89	48,66	200,87	1432,12	278,00

Зав. Столовой Ниязова Р.Н.

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря Витнова И.В.



МЕНЮ

13 июля 2026



13 день

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	18/15	1,44	0,60	18,20	90,27	
Каша молочная жидкая овсяная	250	5,67	10,26	22,50	169,52	
Какао с молоком	200	3,28	2,83	16,30	119,26	
Яйцо отварное	40	5,16	4,64	0,32	64,00	
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	30	1,68	0,33	17,37	82,87	
Итого:	503	17,23	18,66	74,69	525,92	
Обед						
Суп Лагман с курицей	250	11,00	8,21	32,96	237,15	
Кура запеченная	100	10,56	13,03	7,06	186,56	
Овощное рагу	200	3,47	6,45	24,33	165,60	
Компот из брусники и яблок	200	0,12	0,11	15,39	63,17	
Хлеб ржано-пшеничный витамин.	20	1,12	0,22	11,58	55,28	
Хлеб Витаминизированный	40	1,79	0,35	18,53	88,40	
Итого:	720	28,06	28,37	109,85	796,16	
Полдник						
Конвертик творожный	70	8,69	9,36	17,30	189,64	
Фрукт Нектарин	120	0,40	0,10	9,30	39,00	
Чай "Витаминный"	200	0,27	0,05	13,46	55,46	
Итого:	370	9,36	9,51	40,06	284,10	
Итого за день:		54,65	56,54	224,60	1606,18	278,00

Зав. Столовой Ниязова Р.Н.

Мед. Работник

