

Утверждаю:

Начальник лагеря Югор

" 3 " июня 2026г.



Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 3 июня 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			19,7	29,2	109,0	777,5	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,22	
Каша рисовая жидкая	250	8,1	9,4	40,5	279	24,47	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,38	
Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	60	8,1	9,5	25,0	218	17,50	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		
Обед			40,5	30,3	153,8	1049,3	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	16,66	
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/10/5	6,4	6,6	16,7	152	26,14	
Курица запеченная "Домашняя"	100	24,0	13,4	0,7	219	45,24	
Макароны изделия отварные	230	6,1	3,8	52,1	267	13,68	
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	19,00	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	2,87	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	1,43	
Полдник			13,0	12,1	67,0	429	
Булочное изделие промышленного производства в ассортименте	50	5,5	4,9	36,0	210	19,00	
Кисломолочный продукт в ассортименте	200	5,2	6,4	9,0	114	29,80	
Фрукт в ассортименте	138	2,3	0,8	22,0	104	20,80	
ИТОГО:		73	72	330	2256	261,19	

Мед. Работник

Повар-бригадир

g