



Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.



Директор

М.Ю. КОСОЛ ит. *Н.А. Захаровна*
С.В. Мерасикова

2026 г. (1 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
8,8	8,9	49,6	313	230	<i>Каша манная молочная с маслом и сахаром</i>	43,31
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
0,1	7,3	0,1	66	10	<i>Масло сливочное</i>	13,00
2,3	3	36	36	10	<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	10,00
3,5	3,4	18,9	120	200	<i>Какао с молоком</i>	13,94
1,6	4,8	21,6	136	40/шт	<i>"Мини-маффины" с начинкой изделие хлебобулочное сдобное</i>	15,00
Обед						
6,6	6,3	10	123	250/25	<i>Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)</i>	29,66
31,1	25,2	48,2	544	280	<i>Плов с мясом</i>	123,42
0,55	0,1	1,9	10	50	<i>Помидоры свежие</i>	10,02
0,4	0,05	1,25	7	50	<i>Огурцы свежие</i>	9,89
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	<i>Хлеб ржаной</i>	4,76
0,16	0,16	23,6	98	200	<i>Компот из свежих плодов</i>	9,10
0,2	0,2	22,3	92	40	<i>Мягкая вафля</i>	35,00
66,21	61,01	305,05	1881	1535	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____

Утверждаю: _____
Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Утверждаю: _____
Директор МБОУ КСОК
В.В. Мереева
2026 г. (3 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
7	7,2	22,6	183	250	Суп молочный с гречневой крупой	34,07
9	4,5	50,3	278	100	Булочка творожная	37,75
4,7	6	0	73	20	Сыр твердых сортов в нарезке	20,00
0,3	14,5	0,2	132	20	Масло сливочное	26,00
3,7	3,4	13,8	101	200	Кофейный напиток с молоком	13,40
Обед						
7,1	5,6	18,3	152	250/25	Суп картофельный с рисовой крупой (с курицей)	28,94
12,9	14	5,4	199	120	Курица тушеная с морковью	69,11
6,9	5,6	48	270	200	Макаронные изделия отварные с маслом	14,88
1,8	6,6	9,9	106	100	Икра свекольная	7,69
3,8	0,5	24,9	119	50	Хлеб пшеничный	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	Хлеб ржаной	4,76
0,12	0,1	24,7	100	200	Кисель из яблок	9,50
1	0	23,4	98	200	Сок фруктовый (т/п)	35,00
2	13,1	23,5	219	50	Конфета шоколадная	20,00
63,62	81,7	284,8	2128	1835	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____



Утверждаю:
 Организатор питания ИП Антоненко А.А.



Утверждаю:
 Директор
 2026 г. (4 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
 возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<i>Завтрак</i>						
16,5	21,3	2,3	267	150	<i>Омлет с сыром</i>	77,55
1,6	6,6	11,5	112	150	<i>Икра из свежих кабачков</i>	25,50
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
0,3	14,5	0,2	132	20	<i>Масло сливочное</i>	26,00
0,3	0	13,7	56	200	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	4,72
1,6	4,8	21,6	136	40/шт	<i>"Мини-маффины" с начинкой изделие хлебобулочное сдобное</i>	15,00
<i>Обед</i>						
10,3	6,6	21	185	250/25	<i>Суп картофельный с бобовыми (гороховый) с курицей</i>	23,84
19,6	18,4	9,6	282	100	<i>Котлеты по хлыновски</i>	79,84
7,7	6	50,9	288	200	<i>Каша пшеничная</i>	16,88
0,55	0,1	1,9	10	50	<i>Помидоры свежие</i>	10,02
0,4	0,05	1,25	7	50	<i>Огурцы свежие</i>	9,89
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	<i>Хлеб ржаной</i>	4,76
0,2	0,2	22,3	92	200	<i>Компот из свежих плодов</i>	9,10
0,4	0	11,3	47	100	<i>Фрукты свежие (сезонные)</i>	14,00
70,35	80,15	237,15	1950	1685	Итого	325,10

Повар _____
 Ответственный по питанию _____
 Медсестра _____

Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Утверждаю:

Директор

2026 г. (5 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводь	ККал			
Завтрак						
7,6	11,2	58,3	365	250	Каша рисовая молочная с маслом, сахаром	37,40
5,77	2,34	55,5	266	100	Пирожки с повидлом	25,50
3,7	3,4	13,8	101	200	Напиток кофейный с молоком	13,40
2	13,1	23,5	219	50	Конфета шоколадная	20,00
Обед						
6,8	7,1	13,9	147	250/25	Борщ с капустой и картофелем (с курицей)	37,20
17,7	15,7	4,3	229	120	Гуляш из говядины	115,85
9,6	6,9	50,2	302	200	Каша гречневая рассыпчатая	23,28
0,55	0,1	1,9	10	50	Помидоры свежие	10,02
0,4	0,05	1,25	7	50	Огурцы свежие	9,89
3,8	0,5	24,9	119	50	Хлеб пшеничный	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	Хлеб ржаной	4,76
0,44	0,02	27,7	113	200	Компот из смеси сухофруктов	8,80
1,6	4,8	21,6	136	40/шт	"Мини-маффины" с начинкой изделие хлебобулочное сдобное	15,00
63,26	65,81	316,65	2112,00	1855	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____



Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.



Утверждаю:

Директор

2026 г. (6 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
11,7	12,8	5,7	185	200	Омлет натуральный с зеленым горошком	71,96
4,7	6	0	73	20	Сыр твердых сортов в нарезке	20,00
0,3	14,5	0,2	132	20	Масло сливочное	26,00
3,8	0,5	24,9	119	50	Хлеб пшеничный	4,00
0,3	0	13,7	56	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4,72
0,4	0	11,3	47	100	Фрукты свежие (сезонные)	14,00
Обед						
5,6	6,95	9,3	123	250/25	Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)	29,66
16,5	8,1	7,1	167	120	Рыба тушеная в томате с овощами	60,02
3,8	5,3	35,9	206	200	Картофель молодой отварной	35,80
0,8	6	2,9	68	100	Салат из свежих огурцов	21,38
3,8	0,5	24,9	119	50	Хлеб пшеничный	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	Хлеб ржаной	4,76
0,44	0,02	27,7	113	200	Компот из смеси сухофруктов	8,80
2,2	0,08	28,4	124	30/шт	Мармелад	20,00
57,64	61,35	211,80	1630,00	1637	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____

Утверждаю: _____
 Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Утверждаю: _____

Директор _____

2026 г. (7 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
 возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево.	ККал			
Завтрак						
26,1	23,7	27,5	404	180/20	<i>Запеканка из творога со сметаной</i>	112,61
6,8	10,9	58,6	359	100	<i>Булочка домашняя</i>	24,00
4,7	6	0	73	20	<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	20,00
0,2	0	10,8	44	200	<i>Чай с сахаром</i>	2,50
0,4	0	11,3	47	100	<i>Фрукты свежие (сезонные)</i>	14,00
Обед						
6,7	6,4	14,7	143	250/25	<i>Суп крестьянский с курицей</i>	28,39
14,8	11,5	13,8	217	100	<i>Котлеты рубленые из птицы</i>	44,60
6,9	5,6	48	270	200	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	14,88
1	4,6	8,3	79	100	<i>Кабачки тушеные в сметане</i>	26,26
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	<i>Хлеб ржаной</i>	4,76
0,2	0,2	22,3	92	200	<i>Компот из плодов</i>	9,10
2,2	0,08	28,4	124	30/шт	<i>Мармелад</i>	20,00
77,10	70,08	288,40	2069,00	1625	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____

Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Утверждаю:

Директор

2026 г. (8 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<i>Завтрак</i>						
8,4	11,5	38,8	292	170/15/15	<i>Каша молочная пшениная</i>	27,46
2,3	3	0	36	10	<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	10,00
0,1	7,3	0,1	66	10	<i>Масло сливочное</i>	13,00
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,5	3,4	18,9	120	200	<i>Какао с молоком</i>	13,94
0,4	0	11,3	47	100	<i>Фрукты свежие (сезонные)</i>	14,00
<i>Обед</i>						
2,5	5,6	17,2	129	250	<i>Суп картофельный с клецками</i>	23,62
27,5	25,9	13,3	396	250	<i>Капуста тушеная с мясом</i>	145,91
0,55	0,1	1,9	10	50	<i>Помидоры свежие</i>	10,02
0,4	0,05	1,25	7	50	<i>Огурцы свежие</i>	9,89
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	<i>Хлеб ржаной</i>	4,76
0,12	0,1	24,7	100	200	<i>Кисель из яблок</i>	9,50
1	0	23,4	98	200	<i>Сок фруктовый (т/п)</i>	35,00
57,67	58,55	220,45	1637,00	1670	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____

Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Утверждаю:

Директор

2026 г. (9 день)



**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
6,6	6,9	23,9	184	250	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	26,10
5,1	7,8	59,2	327	100	<i>Ватрушка с повидлом</i>	21,68
4,7	6	0	73	20	<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	20,00
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
0,3	0	13,7	56	200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	4,72
3	9	23	190	40	<i>Мягкая вафля</i>	35,00
Обед						
7,1	5,6	18,3	152	250/25	<i>Суп картофельный с рисовой крупой (с курицей)</i>	24,73
15,9	17,4	14,8	279	100	<i>Биточки (особые)</i>	88,98
3,2	11	20,5	194	180	<i>Рагу из овощей</i>	27,12
0,55	0,1	1,9	10	50	<i>Помидоры свежие</i>	10,02
0,4	0,05	1,25	7	50	<i>Огурцы свежие</i>	9,89
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	<i>Хлеб ржаной</i>	4,76
0,2	0,2	22,3	92	200	<i>Компот из свежих плодов</i>	9,10
1	0	23,4	98	200	<i>Сок фруктовый (т/п)</i>	35,00
58,95	65,65	291,85	1998,00	1837	Итого	325,10

Повар _____
 Ответственный по питанию _____
 Медсестра _____

Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Утверждаю:

Директор

2026 г. (10 день)

**Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания
возрастная группа 7-11 лет**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводд	ККал			
Завтрак						
15,5	19,7	25,7	342	180	<i>Пудинг из творога запеченный со сметаной</i>	87,74
5,77	2,34	55,5	266	100	<i>Пирожок печеный с яблоками</i>	26,81
1,4	1,6	17,3	89	200	<i>Чай с молоком</i>	11,00
0,4	0	11,3	47	100	<i>Фрукты свежие (сезонные)</i>	14,00
Обед						
7,6	5,6	19,9	161	250/25	<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	48,39
14,4	3,5	9,3	126	100	<i>Котлеты рыбные</i>	54,89
3,7	5,3	28,9	178	180	<i>Пюре картофельное</i>	29,63
0,8	6	2,9	68	100	<i>Салат из свежих огурцов</i>	19,78
3,8	0,5	24,9	119	50	<i>Хлеб пшеничный</i>	4,00
3,3	0,6	19,8	98	50	<i>Хлеб ржаной</i>	4,76
0,2	0,2	22,3	92	200	<i>Компот из свежих плодов</i>	9,10
1,6	4,8	21,6	136	40/шт	<i>"Мини-маффины" с начинкой изделие хлебобулочное сдобное</i>	15,00
58,47	50,14	259,40	1722,00	1575	Итого	325,10

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Медсестра _____