



	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	170/50	23,35	24,14	51,87	534,05
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Печенье	30	1,93	2,45	30,49	112,00
	Итого	595	35,78	34,59	121,20	919,95
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	855	27,61	22,71	104,56	737,63
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1450	63,39	57,30	225,76	1657,58

МЕНИО ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 11 " 06 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222/337	Пудинг из творога (запеч) с соусом	200/50	30,29	28,25	55,91	598,65
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Печенье	40	2,56	3,26	40,48	148,74
	Итого	635	43,35	39,51	134,45	1021,29
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	270	23,51	20,81	23,22	374,40
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	1020	34,02	27,53	125,93	897,58
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1655	77,37	67,04	260,38	1918,87

Зав.произв

Приятного аппетита



«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «ЛАДИЯ»

Л.В. Нечаева



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "12" 06 2025г

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ*
	Завтрак					
73	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
268	Котлета из говядины	90	14,18	13,75	11,77	230,40
309	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,52	26,45	168,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
ПР	Хлеб ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
	Итого	655	31,20	28,38	97,51	769,16
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	75/30	8,33	7,91	6,00	139,98
303	Каша вязкая рисовая	150	2,56	4,17	26,57	154,00
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	905	18,15	17,50	137,55	796,24
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1560	49,35	45,88	235,06	1565,40

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на "12" 06 2025г

№	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
268	Котлета из говядины	100	15,76	15,28	13,08	256,00
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	760	34,94	33,96	123,17	940,71
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
232/330	Рыба, запеченная в сметанном соусе	120/30	13,33	12,66	9,60	223,97
303	Каша вязкая рисовая	180	3,08	5,01	31,92	185,00
358	Кисель из сока плодового	200	0,31		39,40	160,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	1100	26,11	24,45	163,64	1006,58
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1860	61,05	58,41	286,81	1947,29

Зав.произв.

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
 Начальник
 детского оздоровительного лагеря



«УТВЕРЖДАЮ»
 Генеральный директор
 ООО «ЛАДИЯ»



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 13 " 06 2025г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
120	Суп молочный с макаронными изделиями	250	3,71	4,46	7,68	89,00
225	Оладьи из творога с молоком сгущенным	50/20	7,33	7,42	20,06	176,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
	Итого	635	20,33	18,32	68,89	527,52
	Обед					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,11	3,62	10,83	80,38
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	8,46	7,64	12,88	128,80
284	Запеканка картофельная с мясом	205	23,30	29,25	27,72	455,00
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	835	38,91	41,85	126,75	996,61
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1470	59,24	60,18	195,64	1524,13

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 13 " 06 2025г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
120	Суп молочный с макаронными изделиями	300	4,46	5,36	9,22	106,81
225	Оладьи из творога с молоком	100/20	13,16	14,80	28,76	300,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	Итого	765	26,40	26,70	84,02	692,71
	Обед					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	6,04	18,06	134,00
106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	9,18	4,25	15,99	151,67
284	Запеканка картофельная с мясом	250	29,63	30,81	35,22	521,33
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	1000	48,47	42,75	159,15	1209,18
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1765	74,87	69,46	243,17	1901,89

Зав.произв

Приятного аппетита



«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря

«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «ЛАДИЯ»



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 14 " 06 2025г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	75/20	14,60	11,59	23,46	257,50
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,61	50,42
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
	Итого	525	23,85	15,47	88,02	652,44
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
289	Рагу из птицы	200	14,42	13,45	17,45	249,08
342	Компот из вишни	180	0,29	0,07	25,41	104,50
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР	Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	830	22,00	19,02	110,70	705,44
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1355	45,85	34,49	198,72	1357,88

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 14 " 06 2025г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	260	7,47	4,28	40,09	310,74
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/20	18,96	15,44	27,84	326,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	Итого	630	29,15	20,24	107,39	813,64
	Обед					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
289	Рагу из птицы	230	16,58	15,47	20,06	286,44
342	Компот из вишни	200	0,32	0,08	28,20	116,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	1000	26,72	22,44	133,82	852,05
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1630	55,87	42,68	241,21	1665,69

Зав.произв

Приятного аппетита



«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «ЛАДИЯ»

Л.В. Нечаева

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 15 " 06 2025г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
Завтрак					
71 Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,20
291 Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,16	274,80
3 Бутерброд с сыром	50	6,40	8,10	14,80	160,65
377 Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР Печенье	25	1,61	2,04	25,41	93,33
Итого	515	23,81	19,64	88,71	597,98
Обед					
21 Салат из соленых огурцов луком	60	0,50	3,02	1,10	33,59
88 Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	72,00
235 Шницель рыбный	100	13,76	8,08	35,00	164,00
143 Рагу из овощей	150	2,60	11,04	12,80	163,50
389 Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338 Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого	880	24,31	27,44	130,54	765,52
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1395	48,12	47,08	219,25	1363,50

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 15 " 06 2025г

№репс	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
71	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
3	Бутерброд с сыром	50	6,40	8,10	14,80	160,65
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Печенье	45	2,88	3,66	45,55	167,34
	Итого	620	29,18	23,66	117,65	745,49
	Обед					
21	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,85	5,05	2,58	59,10
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	90,00
235	Шницель рыбный	120	16,51	9,70	10,80	196,80
143	Рагу из овощей	180	3,12	13,25	15,36	196,20
389	Сок фруктовый	180	0,90		18,20	76,57
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
	Итого	1100	30,26	34,80	131,42	967,78
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1720	59,44	58,46	249,07	1713,27

Зав.произв

Приятного аппетита



«УТВЕРЖДАЮ»
Генеральный директор
ООО «ЛАДИЯ»



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 16 " 06 2025г

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
Завтрак					
121 Суп молочный с крупой гречневой	250	3,71	4,46	7,68	89,00
224 Запеканка из творога с морковью и сгущ. молоком	50/20	7,29	6,91	22,90	183,00
ПР Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
379 Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,57	93,52
ПР Хлеб ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
Итого	635	20,88	17,17	81,14	562,50
Обед					
71 Помидоры свежие	60	0,66	0,12	0,95	11,00
104 Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,41	4,96	12,49	130,00
287/330 Голубцы с мясом и рисом и соусом	150/50	14,38	11,09	23,21	249,98
349 Компот из смеси сухофруктов	180	0,60	0,08	28,82	119,71
ПР Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
ПР Хлеб ржаной	40	2,09	0,44	22,08	91,96
338 Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого	830	27,19	17,59	122,59	766,55
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1465	48,07	34,76	203,73	1329,05

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 16 " 06 2025г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
121	Суп молочный с крупой гречневой	300	4,46	5,36	9,22	106,81
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	100/20	10,55	7,91	18,00	200,10
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	800	24,84	19,34	91,00	655,48
	Обед					
71	Помидоры свежие	100	1,10	0,20	1,90	22,00
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	9,18	6,88	15,65	174,00
287/330	Голубцы с мясом и рисом и соусом	180/50	10,55	7,91	18,00	200,10
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	3,71	0,70	34,28	163,66
ПР	Хлеб ржаной	50	2,80	0,55	27,60	114,95
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	1000	28,40	16,73	139,24	854,71
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1800	53,24	36,07	230,24	1510,19

Зав.произв

Приятного аппетита