

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»
ООО "НЕКТАР"
по договору соисполнения
Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 8 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	210	6,08	11,18	33,48	260,00
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,00	66,00
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
ПР	Хлеб ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
	Итого	510	19,10	27,03	76,99	626,98
	Обед					
20	Салат из свежих огурцов	60	0,45	3,61	1,41	39,95
108	Суп картофельный с клецками	200	2,85	5,57	15,03	135,48
290/330	Курица, тушенная в соусе	100	13,28	10,84	2,90	162,00
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
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	910	25,68	26,16	115,10	806,86
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1420	44,78	53,19	192,09	1433,84

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 8 " 06 2026г

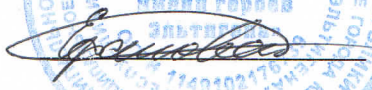
№реци	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена	250	7,58	12,16	41,82	308,50
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,00	66,00
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
	Итого	565	21,06	28,18	93,66	710,17
	Обед					
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
108	Суп картофельный с клецками	250	3,56	6,96	18,79	169,35
290/330	Курица, тушенная в соусе	125	16,60	13,55	3,63	202,50
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,77	24,55	164,84
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	1055	32,40	33,94	139,20	1005,47
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1620	53,46	62,13	232,86	1715,64

Зав.произв.

Приятного аппетита

8 день
лето

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря



«СОГЛАСОВАНО»
ООО «БЕКТАР»
по договору исполнения
Белан А.С.



«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025-К от 22.12.25г
Крупенко Г.Н.



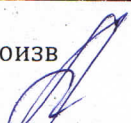
МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 9 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
208	Лапшевник с творогом	155	13,33	12,96	30,20	291,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
422	Булка ванильная	60	4,74	7,56	13,35	170,47
	Итого	560	27,44	32,67	78,28	749,47
	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
259	Жаркое по-домашнему из говядины	175	16,20	22,19	68,58	425,69
350	Кисель из вишни	180	0,12	0,05	22,09	105,31
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	805	23,44	27,61	157,68	880,06
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1365	50,88	60,28	235,96	1629,53

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 9 " 06 2026г

№репс	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
208	Лапшевник с творогом	200	17,33	16,85	39,26	378,30
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
422	Булка ванильная	60	4,74	7,56	13,35	170,47
	Итого	605	31,44	36,56	87,34	836,77
	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
259	Жаркое по-домашнему из говядины	225	20,90	28,63	88,47	549,17
350	Кисель из вишни	200	0,13	0,05	24,54	117,00
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	995	30,64	35,40	197,52	1112,78
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1600	62,08	71,96	284,86	1949,55

Зав.произв



Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря



«СОГЛАСОВАНО»
ООО «НЕСТАР»
по договору соисполнения
Белан А.С.



«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Г.Н.



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 10 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222	Пудинг из творога (запеч) со сгущ.молоком	150/20	24,18	21,19	46,91	475,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	25,24	116,90
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	520	27,36	22,11	97,15	700,90
	Обед					
74	Икра овощная	60	1,31	1,67	7,36	49,73
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
291	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,16	274,80
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
ПР	Печенье	30	1,93	2,45	30,49	112,00
	Итого	740	25,40	18,47	142,85	798,16
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1260	52,76	40,58	240,00	1499,06

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 10 " 06 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
222	Пудинг из творога (запеч) со сгущ.молоком	200/20	30,29	28,25	55,91	598,65
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
338	Яблоко (фрукты по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	570	33,47	29,17	105,37	824,55
	Обед					
74	Икра овощная	100	2,19	2,78	12,28	83,00
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
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
ПР	Печенье	40	2,56	3,26	40,48	148,74
	Итого	915	32,81	24,05	182,18	1025,42
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1485	66,28	53,22	287,55	1849,97

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»
ООО «НИСТА»
по договору исполнения
Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 11 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
23	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	60	0,66	3,67	2,74	46,61
210	Омлет натуральный	170	15,80	18,13	28,39	328,27
2	Бутерброд с повидлом	55	2,40	3,87	27,83	156,00
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 ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
	Итого	600	25,58	31,07	89,95	727,86
	Обед					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,11	3,62	10,83	80,38
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,22	118,60
279/375	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом томатным	90/30	10,75	11,19	12,40	192,97
303	Каша вязкая пшеничная	150	4,00	4,25	24,58	152,00
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	900	26,29	24,62	136,35	876,38
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1500	51,87	55,69	226,30	1604,24

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 11 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
23	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	100	1,10	6,11	4,57	77,70
210	Омлет натуральный	200	18,63	23,19	31,05	387,23
2	Бутерброд с повидлом	55	2,40	3,87	27,83	156,00
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 ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	685	29,31	38,74	102,77	852,60
	Обед					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	6,04	18,06	134,00
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148,25
279/331	Тефтели из говядины (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	100/30	11,85	12,15	13,39	209,96
303	Каша вязкая пшеничная	180	4,81	5,10	29,50	183,06
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	1060	31,81	30,21	167,36	1077,45
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1745	61,12	68,95	270,13	1930,05

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»
ООО «ИВКТАР»
по договору соисполнения
Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10/2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 12 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
73	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
204	Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,94	12,83	35,98	286,23
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
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 ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
	Итого	565	22,57	30,90	92,21	717,47
	Обед					
20	Салат из свежих огурцов	60	0,45	3,61	1,41	39,95
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,41	4,96	12,49	130,00
235	Шницель рыбный	100	6,66	8,08	35,00	164,00
145	Картофель, тушеный с луком	150	3,14	10,58	21,11	195,00
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	880	22,40	28,65	155,95	904,52
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1445	44,97	59,54	248,16	1621,99

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 12 " 06 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
204	Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,69	14,88	43,18	332,03
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
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 ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	650	25,87	35,99	113,56	851,50
	Обед					
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	9,18	6,88	15,65	174,00
235	Шницель рыбный	100	13,76	8,08	35,00	164,00
145	Картофель, тушеный с луком	180	3,76	12,69	25,33	234,00
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	1050	35,02	35,41	182,02	1097,21
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1700	60,89	71,40	295,58	1948,71

Зав.произв

Приятного аппетита

12 день
лето

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник
детского оздоровительного лагеря

«СОГЛАСОВАНО»
ООО «НЕСТАР»
по договору содействия
Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
дов. №10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на "13" 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
121	Суп молочный с крупой рисовой	200	2,97	3,57	6,14	71,20
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,61	50,42
ПР	Хлеб ржаной	20	1,50	0,22	11,04	45,98
	Итого	585	17,46	19,21	48,90	437,60
	Обед					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	60	0,58	3,64	2,19	42,41
89	Щи зеленые	200	2,18	5,30	7,16	91,40
245	Бефстроганов из отварной говядины	100	14,44	12,25	3,78	181,00
303	Каша вязкая пшеничная	150	4,18	5,00	23,94	157,00
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	880	27,42	27,53	112,39	804,24
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1465	44,88	46,74	161,29	1241,84

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на "13" 06 2026г

№реца	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
121	Суп молочный с крупой рисовой	300	4,46	5,36	9,22	106,81
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
ПР	Йогурт	95	2,05	2,50	4,00	50,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб ржаной	35	1,96	0,39	19,37	80,67
	Итого	720	19,42	21,17	62,70	517,48
	Обед					
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	100	0,96	6,08	3,65	70,70
89	Щи зеленые	250	2,73	6,63	8,95	114,25
245	Бефстроганов из отварной говядины	150	22,80	34,65	7,68	435,00
303	Каша вязкая пшеничная	180	5,03	6,01	28,76	189,19
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	1080	39,32	55,02	138,92	1211,32
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1800	58,74	76,19	201,62	1728,80

Зав.произв

Приятного аппетита



МЕНЮ 7-11 ЛЕТ на " 14 " 06 2026г

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181.1	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,03	3,46	32,38	251,00
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	50/20	7,29	6,91	22,90	183,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,39	24,60	117,00
	Итого	530	18,64	12,11	95,78	632,00
	Обед					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
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	805	23,68	20,85	103,83	697,14
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1335	42,32	32,96	199,61	1329,14

МЕНЮ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на " 14 " 06 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак					
181.1	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	7,18	4,13	38,55	298,81
224	Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком	100/20	13,08	13,78	34,44	314,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	2,65	0,50	24,46	116,90
	Итого	620	24,43	19,76	113,35	810,71
	Обед					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,47	60,40
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,00
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	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	975	30,72	27,33	127,68	881,58
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1595	55,15	47,09	241,03	1692,29

Зав.произв

Приятного аппетита