

УТВЕРЖДАЮ

Начальник лагеря

Коваленко А.П.



## МЕНЮ

Летнего оздоровительного лагеря  
«Солнышко»

День: 17.06.2025 г.

Сезон: лето

Возрастная категория: 7-11 лет

### Завтрак

| №<br>реп. | Наименование блюда         | Масса<br>порции | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------|----------------------------|-----------------|--------|-------|-------|----------|
| 302       | Каша пшеничная рассыпчатая | 150             | 221,25 | 6,32  | 4,5   | 38,85    |
| 290       | Птица тушенная в соусе     | 90/50           | 270    | 21,2  | 18,22 | 5,27     |
| 383       | Какао с молоком            | 200             | 118,6  | 4,08  | 3,54  | 17,58    |
|           | Хлеб пшеничный             | 40              | 93,52  | 3,16  | 0,4   | 19,32    |
|           |                            |                 |        |       |       |          |
|           |                            |                 |        |       |       |          |
|           | Итого за прием пищи:       | 530             | 703,37 | 34,76 | 26,66 | 81,02    |

### Обед

| №<br>реп. | Наименование блюда                | Масса<br>порции | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------|-----------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|----------|
|           | Икра кабачковая                   | 60              | 80,28  | 1,63  | 4,31  | 8,72     |
| 101       | Суп картофельный с рисовой крупой | 200             | 68,6   | 1,58  | 2,17  | 9,69     |
| 289       | Рагу из мясо птицы                | 90/150          | 285,26 | 17,57 | 14,61 | 20,85    |
| 342       | Компот из свежих плодов           | 200             | 107,4  | 0,16  | 0,16  | 27,88    |
|           | Хлеб пшеничный                    | 40              | 93,52  | 3,16  | 0,4   | 19,32    |
|           | Хлеб ржано-пшеничный              | 30              | 51,73  | 1,26  | 0,25  | 11,12    |
|           |                                   |                 |        |       |       |          |
|           |                                   |                 |        |       |       |          |
|           | Итого за прием пищи:              | 770             | 686,79 | 25,36 | 21,9  | 97,58    |

Зав. столовой Цветкова Л.Ф.

Мед. сестра Калмыкова Е.В.

*[Handwritten signature of L.F. Tsvetkova]*  
*[Handwritten signature of E.V. Kalmykova]*

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник лагеря  
Коваленко А.П.



МЕНЮ  
Летнего оздоровительного лагеря  
«Солнышко»

День: 17.06.2025 г.

Сезон: лето

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак

| №<br>реп. | Наименование блюда         | Масса<br>порции | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------|----------------------------|-----------------|--------|-------|-------|----------|
| 302       | Каша пшеничная рассыпчатая | 180             | 312    | 8,2   | 9,61  | 48,07    |
| 290       | Птица тушенная в соусе     | 100/50          | 300    | 23,56 | 20,24 | 5,86     |
|           | Хлеб пшеничный             | 40              | 93,52  | 3,16  | 0,4   | 19,32    |
| 383       | Какао с молоком сгущенным  | 200             | 138,4  | 3,67  | 2,6   | 25,09    |
|           |                            |                 |        |       |       |          |
|           |                            |                 |        |       |       |          |
|           | Итого за прием пищи:       | 570             | 843,92 | 38,59 | 32,85 | 98,34    |

Обед

| №<br>реп. | Наименование блюда                | Масса<br>порции | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------|-----------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|----------|
|           | Икра кабачковая                   | 100             | 133,8  | 2,72  | 7,18  | 14,53    |
| 101       | Суп картофельный с рисовой крупой | 250             | 85,75  | 1,97  | 2,71  | 12,11    |
| 289       | Рагу из мяса птицы                | 100/180         | 332,8  | 20,5  | 17,04 | 24,32    |
| 342       | Компот из свежих плодов           | 200             | 107,4  | 0,16  | 0,16  | 27,88    |
|           | Хлеб пшеничный                    | 40              | 93,52  | 3,16  | 0,4   | 19,32    |
|           | Хлеб ржано-пшеничный              | 30              | 51,73  | 1,26  | 0,25  | 11,12    |
|           |                                   |                 |        |       |       |          |
|           |                                   |                 |        |       |       |          |
|           | Итого за прием пищи:              | 890             | 781,62 | 38,01 | 27,64 | 104,45   |

Зав. столовой Цветкова Л.Ф.

Мед. сестра Калмыкова Е.В.