

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель

В. М. Гапоненко

Дата



Согласовано
Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе

МБОУ СОШ (ООИ) № 5

Дата

на Меню 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	8,87	0,42	0,06	1,14	7,20
Омлет натуральный	200	74,50	18,30	24,00	3,52	303,28
Какао с молоком	200	17,59	4	4	18	124,00
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Кефир»)	200	48,50	5,80	5,00	8,00	100
Итого за завтрак:	710		33,80	36,41	49,98	663,20
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (томаты)	60	11,21	0,66	0,12	2,28	13,20
Борщ с капустой и картофелем	200	17,86	1,44	3,93	8,74	83
Колеты рубленые (говядина)	90	68,40	13,5	19,8	11,72	281,45
Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,90	5,5	5,8	30,9	197,8
Компот из свежих плодов (компотная ягодная смесь)	200	12,77	0,32	0,08	28,2	114,8
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	40	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	780		27,92	30,77	131,04	922,41
ИТОГО за день:		293,80	61,72	67,18	181,02	1 585,61

УТВЕРЖДАЮ:
Индивидуальный предприниматель
Гапоненко
Валентина
Александровна
В. М. Гапоненко
Дата 15.05.2026

СОГЛАСОВАНО:
Начальник оздоровительного лагеря с дневным
пропитанием, организованного на базе
МБОУ КШИ (ООП) № 5
Дата 15.05.2026

МЕНЮ
на 15.05.2026 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Салат из моркови с яблоками	60	6,48	0,64	0,1	5,11	23,94
Каша жидкая молочная (рисовая)	200	20,89	4,80	10,20	32,00	239,00
Кофейный напиток с молоком	200	13,70	3	3	16	103,00
Масло сливочное	5	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Печенье сахарное	20	4,08	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого за завтрак:	535		15,3	25,81	87,41	644,06
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты	60	7,06	0,79	3,05	4	46,61
Суп картофельный/ с рыбой	200	40,38	4,3	4,2	13,5	109,00
Жаркое по-домашнему	250	167,71	23,00	25,80	24,00	420,20
Компот из смеси сухофруктов	200	6,15	0,6	0,09	35	143,21
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	40	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	790		35,19	34,18	125,7	951,18
ИТОГО за день:		303,86	50,49	59,99	213,11	1 595,24

УТВЕРЖДАЮ:
Индивидуальный предприниматель
Гапоненко
Валентина
Михайловна
В. М. Гапоненко
Дата 20.06.2026

СОБЛАСОВАНО:
Начальник оздоровительного лагеря с дневным
проживанием, организованного на базе
МБОУ СОШ (ООШ) № 5
Дата 20.06.2026

МЕНЮ
на 3 июня 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (груши)	150	16,83	0,6	0,46	15,47	68,25
Овощи свежие (морковные палочки)	100	9,35	1	0,1	7	32,90
Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	114,57	20,00	19,00	37,00	399,00
Чай с сахаром	200	1,39	0,07	0,02	7,98	32,38
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Итого за завтрак:	670		26,95	22,93	86,77	661,25
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	10,49	0,58	3,65	2,19	42,42
Суп картофельный с крупой («Геркулес»)	200	15,41	1,50	2,20	10,00	65,8
Плов из птицы	250	90,51	21,00	13,10	46,00	385,9
Соки овощные, фруктовые и ягодные (виноградный)	200	14,52	0,6	0,4	33	138,00
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Фрукты свежие (абрикос)	120	13,46	1	0,12	10,8	52,8
Итого за обед:	920		31,18	20,51	151,19	917,08
ИТОГО за день:		309,73	58,13	43,44	237,96	1 578,33

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель
В. М. Гапоненко
Дата

СОГЛАСОВАНО:
Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе
МБОУ СОШ (ОФП) № 5
Дата

на МЕНЮ
4 июля 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Суп молочный с крупой (манная)	250	16,00	4,0	5,0	8,0	93
Чай с молоком	200	11,25	1,6	2	17,5	94,4
Пирожки печенные (простые) с повидлом	60	30,00	3,30	3,00	35,53	182,40
Масло сливочное	5	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Хлеб пшеничный	30	2,70	2,22	0,3	14,5	64,2
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Снежок»)	200	48,50	5,40	5,00	21,60	153
Итого за завтрак:	745		16,6	22,5	97,23	653
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров (с луком зеленым)	60	19,00	0,60	4,00	2,10	46,80
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	10,00	4,00	4,00	14	108,00
Рыба припущенная (минтай)	100	62,67	15,00	7,50	0,84	130,86
Пюре картофельное	150	26,10	3,06	4,8	20,44	137,20
Компот из свежих плодов (компотная ягодная смесь)	200	12,77	0,32	0,08	28,2	114,8
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	40	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Соки овощные, фруктовые и ягодные в индивидуальной упаковке (слива)	200	16,00	0,6	0,6	30,4	125,8
Итого за обед:	990		30,08	22,02	145,18	895,62
ИТОГО за день:		278,30	46,68	44,52	242,41	1 548,62

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель
Гапоненко
Валентина В.М. Гапоненко

Дата



СОГЛАСОВАНО:

Началник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе МБОУ СОШ (ООП) № 5

Дата



МЕНЮ
на 5 июля 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (абрикос)	100	11,22	0,9	0,1	9	44
Каша жидкая с маслом (пшениная)	200	19,79	6,80	10,65	43,00	295,05
Кофейный напиток с молоком	200	13,70	3	3	16	103,00
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Итого за завтрак:	560		16,06	24,30	87,42	636,77
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	8,87	0,42	0,06	1,14	7,20
Суп картофельный с крупой (рис)	200	15,57	1,50	2,20	10,00	65,8
Печень жареная	100	72,44	22,00	16,00	4,00	248,00
Рагу овощное	150	20,70	2,5	11	14	165,00
Компот из смеси сухофруктов	200	6,15	0,6	0,09	35	143,21
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный) в индивидуальной упаковке с трубочкой	200	16,00	1,5	0	22,8	97,2
Итого за обед:	810		35,02	30,39	136,14	958,57
ИТОГО за день:		221,85	51,08	54,69	223,56	1 595,34

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель



В. М. Гапоненко

Дата

СОГЛАСОВАНО

Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе МБОУ СОШ (ОСШ) № 5



Дата

МЕНЮ
на 8 июня 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (груши)	150	16,83	0,6	0,46	15,47	68,25
Омлет с сыром	165	92,54	19,7	32,3	2,8	380,7
Чай с сахаром	200	1,39	0,07	0,02	7,98	32,38
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Итого за завтрак:	565		23,41	40,38	45,67	640,05
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (томаты)	60	11,21	0,66	0,12	2,28	13,20
Суп картофельный с клёцками	200	16,57	4	4,63	15	117,67
Биточки рубленые (говядина)	90	68,79	13,5	19,8	11,72	281,45
Капуста тушеная	150	30,74	3	4,8	14,2	112
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	16,30	0,40	0,12	40,00	162,68
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	800		28,06	30,51	132,40	919,16
ИТОГО за день:		281,28	51,47	70,89	178,07	1 559,21

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель



В. М. Гапоненко

Дата

СОГЛАСОВАНО

Начальник (управляющего лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе МБОУ СОШ (ОШ) № 5

Директор

на 9 ноября ^{МЕНЮ} 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 7

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Салат из моркови с яблоками	60	6,48	0,64	0,1	5,11	23,94
Каша жидкая с маслом («Геркулес»)	200	19,90	7	12,2	33	269,80
Чай с молоком	200	11,25	1,6	2	17,5	94,4
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Кефир»)	200	48,50	5,80	5,00	8,00	100
Итого за завтрак:	710		18,08	26,90	83,03	646,86
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (томаты и огурцы)	60	10,12	0,54	0,09	1,71	10,20
Борщ с мясом	200	53,17	7	6	11	126
Поджарка из рыбы (минтай)	100	58,37	12	7	6	135,00
Пюре картофельное	150	26,10	3,06	4,8	20,44	137,20
Компот из свежих плодов (компотная ягодная смесь)	200	12,77	0,32	0,08	28,2	114,8
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Соки овощные, фруктовые и ягодные в индивидуальной упаковке (виноградный)	200	16,00	0,6	0,4	33	138,00
Итого за обед:	1000		30,02	19,41	149,55	893,36
ИТОГО за день:		289,57	48,10	46,31	232,58	1 540,22

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель
В. М. Гапоненко

Дата

СОГЛАСОВАНО
Начальник оздоровительного лагеря с дневным
пробыванием, организованного на базе
МБОУ СОШ (ООП) № 5

Дата

МЕНЮ
на 10 июня 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 8

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (яблоки)	120	13,46	0,48	0,48	11,76	53,28
Запеканка из творога «Зебра» со сметаной	200	127,52	28,20	20,00	20,00	372,80
Кофейный напиток с молоком	200	13,70	3	3	16	103,00
Масло сливочное	5	7,11	0,04	3,6	0,05	33
Хлеб пшеничный	20	1,80	1,48	0,2	9,66	46,36
Итого за завтрак:	545		33,2	27,28	57,47	608,44
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	10,44	0,58	3,65	2,19	42,42
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	15,38	1,50	2,20	10,00	65,8
Котлеты рубленые из птицы	100	51,02	15,80	15,20	14,80	259,20
Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,90	5,5	5,8	30,9	197,8
Компот из смеси сухофруктов	200	6,15	0,6	0,09	35	143,21
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	810		30,48	27,98	142,09	940,59
ИТОГО за день:		266,58	63,68	55,26	199,56	1 549,03

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель



В. М. Гапоненко

Дата

СОГЛАСОВАНО:

Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе МБОУ СОШ № 5

Дата

МЕНЮ
на 14.08.2026 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 9

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (груши)	150	16,83	0,6	0,46	15,47	68,25
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	200	24,46	8,00	11,80	41,05	302,40
Какао с молоком	200	17,59	4	4	18	124,00
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Итого за завтрак:	600		15,64	23,86	93,94	653,37
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты	60	7,06	0,79	3,05	3,88	36,24
Суп харчо	200	47,37	5	11	11	163,00
Запеканка картофельная с печенью	220	93,72	23	19	29	379,00
Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	200	14,52	1,5	0	22,8	97,2
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	780		36,79	34,09	115,88	907,6
ИТОГО за день:		248,46	52,43	57,95	209,82	1 560,97

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

В. М. Гапоненко

Дата



СОГЛАСОВАНО

Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организующего на базе МБОУ СОШ (ОУ) № 3

Дата

2026 г

на 15/10/18 МЕНЮ

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 10

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (яблоки)	100	11,22	0,4	0,4	9,8	44,4
Овощи свежие (морковные палочки)	100	9,35	1,3	0,1	6,9	33,70
Суп молочный с макаронными изделиями	250	16,65	5	4,8	18	150
Чай с сахаром	200	1,39	0,07	0,02	7,98	32,38
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Пирожки печенные (простые) с повидлом	60	30,00	3,30	3,00	35,53	182,40
Итого за завтрак:	780		16,17	18,97	102,51	660,98
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (томаты и огурцы)	60	9,98	0,54	0,09	1,71	10,20
Борщ «Краснодарский»	200	17,42	1,5	3,5	9	73,50
Рыба жареная (минтай)	100	56,35	13	13,4	4	188,60
Пюре картофельное	150	26,10	3,06	4,8	20,44	137,20
Кисель из сухофруктов	200	7,73	0,20	0,01	32,00	128,89
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Снежок»)	200	48,50	5,40	5,00	21,60	153
Итого за обед:	1000		30,2	27,84	137,95	923,55
ИТОГО за день:		273,00	46,37	46,81	240,46	1 584,53

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель
В. М. Гапоненко

Дата



СОГЛАСОВАНО
Начальник оздоровительного лагеря с дневным
пребыванием, организованного на базе
МБОУ СОШ (ООП) № 5

Дата



МЕНЮ
на 16 июня 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 11

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (банан)	150	16,83	2,25	0,75	31,5	216
Суп молочный с крупой (хлопья овсяные "Геркулес")	250	16,45	4	5	8	93
Чай с молоком	200	11,25	1,6	2	17,5	94,4
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Итого за завтрак:	660		13,21	18,30	76,42	598,12
Обед						
Салат из свежих помидоров (с луком зеленым)	60	13,44	0,60	4,00	2,10	46,80
Щи из свежей капусты с картофелем	200	12,71	1,4	4	6,32	71,80
Плов из отварной говядины	200	113,05	20	20	33	392
Компот из свежих плодов (компотная ягодная смесь)	200	12,77	0,32	0,08	28,2	114,8
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	760		28,82	29,12	118,82	857,56
ИТОГО за день:		233,91	42,03	47,42	195,24	1 455,68

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

В. М. Гапоненко

Дата



СОГЛАСОВАНО

Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе МБОУ СОШ (ООН) № 2

Дата



на 17 июня **МЕНЮ** 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 12

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Яйца вареные	40	18,19	5,08	4,6	0,28	63
Каша рисовая с изюмом	200	27,20	5,00	10,40	46,00	297,60
Какао с молоком	200	17,59	4	4	18	124,00
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Фрукты свежие (абрикос)	100	11,22	0,9	0,1	9	44
Итого за завтрак:	590		18,02	26,70	92,70	687,32
ОБЕД						
Салат витаминный (1 вариант)	60	9,49	0,5	3,66	3,16	47,64
Суп картофельный с крупой (гречневая)	200	15,44	1,50	2,20	10,00	65,8
Капуста тушеная с мясом	200	152,92	18	22	14	326
Компот из смеси сухофруктов	200	6,15	0,6	0,09	35	143,21
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Снежок»)	200	48,50	5,40	5,00	21,60	153
Итого за обед:	900		32,00	30,33	129,80	920,17
ИТОГО за день:		333,61	50,02	57,03	222,50	1 607,49

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

В. М. Гапоненко

Дата

12.06.2026

СОГЛАСОВАНО

Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организационного на базе МБОУ СОШ (ООП) № 2

Дата

12.06.2026

на МЕНЮ 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 13

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (груши)	120	13,46	0,48	0,37	12,37	54,60
Овощи свежие (морковные палочки)	100	9,35	1,3	0,1	6,9	33,70
Вареники ленивые отварные со сгущенным молоком	220	116,35	25,70	17,00	46,00	439,80
Хлеб пшеничный	40	3,60	2,96	0,4	19,32	92,72
Чай с сахаром	200	1,39	0,07	0,02	7,98	32,38
Итого за завтрак:	680		30,51	17,89	92,57	653,2
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (томаты)	60	11,09	0,66	0,12	2,28	13,20
Щи зелёные	200	34,61	2	5,3	7,2	91,40
Филе куриное в сухарях «Стрипсы»	100	88,95	23	8	12	212,00
Пюре картофельное	150	26,10	3,06	4,8	20,44	137,20
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	16,10	0,40	0,12	40,00	162,68
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Итого за обед:	810		35,62	19,38	131,12	848,64
ИТОГО за день:		330,10	66,13	37,27	223,69	1 501,84

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

В. М. Гапоненко

Дата



СОГЛАСОВАНО

Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе МБОУ СОШ (СОШ) № 8

Дата



на МЕНЮ
19 июня 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 14

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (яблоки)	100	11,22	0,4	0,4	9,8	44,4
Каша жидкая молочная из манной крупы	200	19,17	5	9,7	38,5	261,30
Чай с молоком	200	11,25	1,6	2	17,5	94,4
Масло сливочное	10	14,21	0,08	7,2	0,1	66
Хлеб пшеничный	30	2,70	2,22	0,3	14,5	64,2
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Снежок»)	200	48,50	5,40	5,00	21,60	153
Итого за завтрак:	740		14,7	24,6	102	683,3
ОБЕД						
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	8,98	0,42	0,06	1,14	7,20
Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	200	16,99	1,6	5	11	95,40
Шницель рыбный натуральный	100	47,71	12	14	8,3	207,20
Картофель отварной	150	26,56	2,80	4,33	23,02	142,25
Соки овощные, фруктовые и ягодные (виноградный)	200	14,52	0,6	0,4	33	138,00
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Фрукты свежие (банан)	100	11,22	1,5	0,5	21	96
Итого за обед:	910		25,42	25,33	146,66	918,21
ИТОГО за день:		242,13	40,12	49,93	248,66	1 601,51

УТВЕРЖДАЮ:
Индивидуальный предприниматель
В. М. Гапоненко
Дата: 15.06.2026

СОГЛАСОВАНО:
Начальник оздоровительного лагеря с дневным пребыванием, организованного на базе
МБОУ СОШ (ООШ) № 2
Дата: 15.06.2026

МЕНЮ

на 15 июня 2026 г

возрастная категория от 7 до 11 лет

ДЕНЬ 15

Наименование блюд и кулинарных изделий	Масса порций, г	Цена, руб	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал
ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (яблоки)	100	11,22	0,4	0,4	9,8	44,4
Овощи свежие (морковные палочки)	100	9,35	1	0,1	7	32,90
Суп молочный с крупой (рис)	250	16,45	4	5	8	93
Кофейный напиток с молоком	200	13,70	3	3	16	103,00
Сыр российский (порциями)	10	10,50	2,32	2,95	0	36
Хлеб пшеничный	40	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Мармелад жележный	30	9,86	0,00	0,00	23,80	96,00
Кисломолочный продукт (м.д.ж. 2,5 %) промышленного производства в индивидуальной упаковке («Кефир»)	200	48,50	5,80	5,00	8,00	100
Итого за завтрак:	930		20,22	16,95	96,8	621,4
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты	60	7,06	0,79	3,05	4	46,61
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9,36	2,00	2,27	14,00	84,43
Мясо духовое (говядина)	200	116,93	18,00	21,00	18,00	333,00
Компот из свежих плодов (компотная ягодная смесь)	200	12,77	0,32	0,08	28,2	114,8
Хлеб пшеничный	50	4,50	3,7	0,5	24,2	116,10
Хлеб ржаной	50	4,60	2,8	0,54	25	116,06
Соки овощные, фруктовые и ягодные в индивидуальной упаковке (слива)	200	14,52	0,6	0,6	30,4	125,8
Итого за обед:	960		28,21	28,04	143,8	936,8
ИТОГО за день:		293,82	48,43	44,99	240,60	1 558,20