

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 2 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная манная	250	4,97	10,46	32,62	245,02
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/15	6,30	9,17	19,40	185,33
Кофейный напиток с молоком	180	3,16	2,70	16,00	100,60
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>17,47</b>	<b>22,69</b>	<b>87,90</b>	<b>621,35</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежей капусты )	60	0,78	1,94	3,87	36,24
Суп с рыбными консервами	250	8,59	8,40	14,33	167,25
Тефтели мясные I вариант	60/50	8,13	9,64	12,66	185,50
Макаронные изделия отварные	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Сок овощной, фруктовый, ягодный	180	0,80	0,60	22,00	91,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>860</b>	<b>25,62</b>	<b>30,67</b>	<b>100,68</b>	<b>828,20</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1380</b>	<b>43,09</b>	<b>53,36</b>	<b>188,58</b>	<b>1 449,55</b>

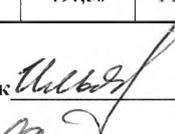
Медработник М.С.С.

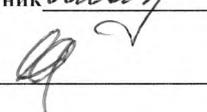
Повар О.

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 3 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Оладьи из творога со сгущенным молоком	150/20	20,97	14,56	33,63	349,50
Кисломолочный продукт	180	6,00	2,00	8,00	80,00
Фрукты свежие	150	2,25	0,75	31,50	144,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>29,22</b>	<b>17,31</b>	<b>73,13</b>	<b>573,50</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих огурцов )	60	0,45	3,60	1,40	39,96
Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,11	14,16	127,75
Рыба тушеная с овощами	60/50	11,90	6,43	4,94	136,50
Каша рассыпчатая рисовая	150	3,65	5,37	36,68	209,70
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,66	0,09	32,01	132,80
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>820</b>	<b>24,33</b>	<b>21,23</b>	<b>118,43</b>	<b>816,31</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1320</b>	<b>53,55</b>	<b>38,54</b>	<b>191,56</b>	<b>1 389,81</b>

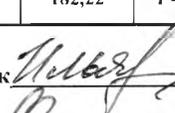
Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 6 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	26,31	18,08	25,73	370,50
Кисломолочный продукт	180	8,20	3,00	11,80	114,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>20,74</b>	<b>24,51</b>	<b>93,01</b>	<b>672,54</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,43	0,08	1,14	7,20
Суп картофельный вегетарианский	250	1,65	5,60	9,15	93,50
Жаркое по - домашнему	50/150	21,30	22,80	21,80	387,70
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,16	0,16	27,88	114,60
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>790</b>	<b>27,66</b>	<b>29,27</b>	<b>89,21</b>	<b>772,60</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1320</b>	<b>48,40</b>	<b>53,78</b>	<b>182,22</b>	<b>1 445,14</b>

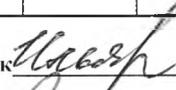
Медработник 

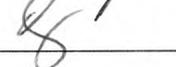
Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

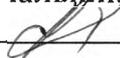
**МЕНЮ**  
на 7 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная рисовая	250	7,63	12,52	33,45	278,21
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Кофейный напиток с молоком	180	3,16	2,70	16,00	100,60
Кондитерское изделие	50	1,60	4,20	17,12	112,75
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>15,43</b>	<b>19,78</b>	<b>86,45</b>	<b>581,96</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из помидоров и огурцов )	60	0,57	3,63	1,82	42,36
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	2,19	2,78	15,39	106,00
Птица тушенная в соусе	50/50	11,09	11,26	3,51	166,00
Картофельное пюре	150	5,63	5,97	31,47	202,23
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из свежих плодов	180	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>810</b>	<b>24,60</b>	<b>24,47</b>	<b>101,63</b>	<b>778,19</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1330</b>	<b>40,03</b>	<b>44,25</b>	<b>188,08</b>	<b>1 360,15</b>

Медработник 

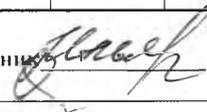
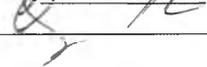
Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря



**МЕНЮ**  
на 8 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Сырники из творога со сметаной	150/20	26,27	14,40	30,15	336,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Кисломолочный продукт	180	8,00	3,00	28,60	180,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>34,33</b>	<b>17,42</b>	<b>68,74</b>	<b>556,00</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из помидоров )	60	0,57	3,63	1,82	42,36
Борщ с картофелем	250	2,19	2,78	15,39	106,00
Плов из птицы	150	17,90	12,03	31,30	351,10
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Сок овощной, фруктовый, ягодный	180	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>710</b>	<b>25,78</b>	<b>19,07</b>	<b>103,15</b>	<b>779,06</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1240</b>	<b>60,11</b>	<b>36,49</b>	<b>171,89</b>	<b>1 335,06</b>

Медработник   
Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

МЕНЮ  
на 9 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	150/15/5	5,96	10,46	31,60	245,02
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
Хлеб пшеничный	40	2,28	0,27	14,91	67,80
Фрукты свежие	150	0,80	0,70	20,30	85,50
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>540</b>	<b>13,11</b>	<b>14,97</b>	<b>84,38</b>	<b>516,92</b>
<b>Обед</b>					
Суп с бобовыми	250	5,49	5,27	16,50	148,30
Голубцы ленивые	170	10,61	6,81	15,04	164,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	40	1,44	0,36	12,48	59,40
Сок овощной, фруктовый, ягодный	200	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>700</b>	<b>21,58</b>	<b>12,80</b>	<b>89,30</b>	<b>572,10</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1240</b>	<b>34,69</b>	<b>27,77</b>	<b>173,68</b>	<b>1 089,02</b>

Медработник

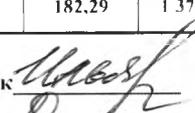
Повар

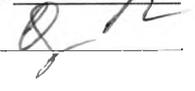
Утверждаю  
Начальник лагеря



МЕНЮ  
на 10 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная манная	250	11,50	13,53	28,99	284,00
Кофейный напиток с молоком	180	3,16	2,70	16,00	100,60
Хлеб пшеничный	40	2,28	0,27	14,91	67,80
Кондитерское изделие	50	1,60	4,20	17,12	112,75
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>18,54</b>	<b>20,70</b>	<b>77,02</b>	<b>565,15</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих помидор )	60	0,65	3,65	2,06	43,68
Борщ с капустой и картофелем	250	1,98	2,75	12,12	85,75
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Котлеты или биточки рыбные	85/5	6,88	10,15	11,62	184,72
Соус томатный с овощами	50	0,43	2,12	3,77	35,97
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из свежих плодов	180	0,16	0,16	27,88	114,60
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>850</b>	<b>17,42</b>	<b>28,92</b>	<b>105,27</b>	<b>812,93</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1370</b>	<b>35,96</b>	<b>49,62</b>	<b>182,29</b>	<b>1 378,08</b>

Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 13 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих помидоров )	60	14,82	20,23	9,10	276,00
Омлет натуральный	150	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,02	16,00	65,00
Бутерброд с джемом или повидлом	30/5/20	1,35	0,30	12,15	64,50
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>22,45</b>	<b>21,27</b>	<b>77,01</b>	<b>586,30</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,55	4,59	17,79	144,25
Овощи свежие ( салат из капусты )	60	0,65	3,65	2,06	43,68
Гуляш из отварной говядины	50/50	21,30	22,80	21,80	387,70
Каша рассыпчатая гречневая	150	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,66	0,09	32,01	132,80
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>810</b>	<b>33,32</b>	<b>32,12</b>	<b>122,78</b>	<b>968,43</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1315</b>	<b>55,77</b>	<b>53,39</b>	<b>199,79</b>	<b>1 554,73</b>

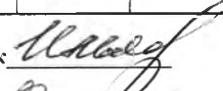
Медработник Швац

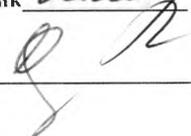
Повар О. П.

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 14 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Оладьи с яблоками со сгущенным молоком	150/20	12,03	12,23	68,73	433,00
Фрукты свежие	200	2,25	0,75	31,50	144,00
Чай с сахаром и лимоном	180	0,20	0,02	16,00	65,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>14,48</b>	<b>13,00</b>	<b>116,23</b>	<b>642,00</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих помидоров и огурцов )	60	0,57	3,63	1,82	42,36
Борщ с картофелем	250	2,19	2,78	15,39	106,00
Плов из птицы	200	17,90	12,03	31,30	351,10
Кондитерское изделие	30	1,60	4,20	17,12	112,75
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из свежих плодов	180	0,16	0,16	27,88	114,60
<b>ИТОГО за обед :</b>	<b>790</b>	<b>26,54</b>	<b>23,43</b>	<b>122,75</b>	<b>896,41</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1340</b>	<b>41,02</b>	<b>36,43</b>	<b>238,98</b>	<b>1 538,41</b>

Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

МЕНЮ  
на 15 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная пшонная	250	4,97	10,46	32,62	245,02
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/15	6,30	9,17	19,40	185,33
Кофейный напиток с молоком	180	3,16	2,70	16,00	100,60
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>17,47</b>	<b>22,69</b>	<b>87,90</b>	<b>621,35</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежей капусты )	60	0,78	1,94	3,87	36,24
Суп картофельный вегетарианский	250	1,65	5,60	9,15	93,50
Тефтели мясные I вариант	100/50	8,13	9,64	12,66	185,50
Макаронные изделия отварные	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,66	0,09	32,01	132,80
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>860</b>	<b>18,54</b>	<b>27,36</b>	<b>105,51</b>	<b>796,25</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1380</b>	<b>36,01</b>	<b>50,05</b>	<b>193,41</b>	<b>1 417,60</b>

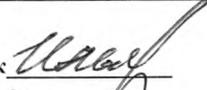
Медработник \_\_\_\_\_

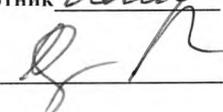
Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 16 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Оладьи из творога со сгущенным молоком	150/20	20,97	14,56	33,63	349,50
Чай с сахаром и лимоном	180	0,20	0,02	16,00	65,00
Фрукты свежие	150	2,25	0,75	31,50	144,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>23,42</b>	<b>15,33</b>	<b>81,13</b>	<b>558,50</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих огурцов )	60	0,45	3,60	1,40	39,96
Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,11	14,16	127,75
Рыба тушеная с овощами	60/50	11,90	6,43	4,94	136,50
Каша рассыпчатая рисовая	150	3,65	5,37	36,68	209,70
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Сок овощной, фруктовый, ягодный	200	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>840</b>	<b>24,67</b>	<b>21,14</b>	<b>111,82</b>	<b>793,51</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1360</b>	<b>48,09</b>	<b>36,47</b>	<b>192,95</b>	<b>1 352,01</b>

Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 17 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная рисовая	250	7,33	11,44	36,16	278,21
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/15	6,30	9,17	19,40	185,33
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>20,74</b>	<b>24,51</b>	<b>93,01</b>	<b>672,54</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	2,19	2,78	15,39	106,00
Птица тушеная в соусе	100/50	13,47	12,95	12,58	221,00
Картофель отварной	150	3,06	5,52	11,84	115,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Сок овощной, фруктовый, ягодный	200	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>820</b>	<b>23,84</b>	<b>21,88</b>	<b>94,45</b>	<b>722,10</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1340</b>	<b>44,58</b>	<b>46,39</b>	<b>187,46</b>	<b>1 394,64</b>

Медработник Швец

Повар Швец

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 19 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	26,31	18,08	25,73	370,50
Кисломолочный продукт	180	8,20	3,00	11,80	114,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>20,74</b>	<b>24,51</b>	<b>93,01</b>	<b>672,54</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные свежие \огурец\	60	0,43	0,08	1,14	7,20
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,55	4,59	17,79	144,25
Котлета мясная с соусом	50/50	21,30	22,80	21,80	387,70
Каша рассыпчатая гречневая	150	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,16	0,16	27,88	114,60
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>810</b>	<b>32,60</b>	<b>28,62</b>	<b>117,73</b>	<b>913,75</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1340</b>	<b>53,34</b>	<b>53,13</b>	<b>210,74</b>	<b>1 586,29</b>

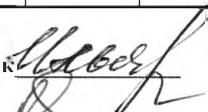
Медработник \_\_\_\_\_

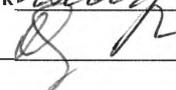
Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 20 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная рисовая	250	7,33	11,44	36,16	278,21
Кофейный напиток с молоком	180	3,16	2,70	16,00	100,60
Фрукты свежие	150	2,25	0,75	31,50	144,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>620</b>	<b>15,78</b>	<b>15,25</b>	<b>103,54</b>	<b>613,21</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,59	18,79	144,25
Котлеты рубленые из птицы	85/5	13,47	12,95	12,58	221,00
Рагу овощное	150	3,06	5,52	11,84	115,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из свежих плодов	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>760</b>	<b>25,20</b>	<b>23,89</b>	<b>92,65</b>	<b>742,35</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1380</b>	<b>40,98</b>	<b>39,14</b>	<b>196,19</b>	<b>1 355,56</b>

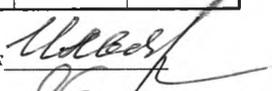
Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 21 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная манная	250	11,50	13,53	28,99	284,00
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
Хлеб пшеничный	40	2,28	0,27	14,91	67,80
Кондитерское изделие	50	1,60	4,20	17,12	112,75
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>19,45</b>	<b>21,54</b>	<b>78,59</b>	<b>583,15</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих помидоров и огурцов )	60	0,57	3,63	1,82	42,36
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,55	4,59	17,79	144,25
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Шницель рыбный натуральный	90	11,73	12,91	0,25	164,00
Соус томатный с овощами	50	0,43	2,12	3,77	35,97
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из смеси сухофруктов	180	0,16	0,16	27,88	114,60
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>850</b>	<b>23,76</b>	<b>33,50</b>	<b>99,33</b>	<b>849,39</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1370</b>	<b>43,21</b>	<b>55,04</b>	<b>177,92</b>	<b>1 432,54</b>

Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 22 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Сырники из творога со сметаной	150/20	26,27	14,40	30,15	336,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Кисломолочный продукт	180	8,00	3,00	28,60	180,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>34,33</b>	<b>17,42</b>	<b>68,74</b>	<b>556,00</b>
<b>Обед</b>					
Суп с бобовыми	250	5,49	5,27	16,50	148,30
Голубцы ленивые	210	10,61	6,81	15,04	164,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,40
Компот из свежих плодов	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>730</b>	<b>21,58</b>	<b>13,00</b>	<b>84,10</b>	<b>554,10</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1240</b>	<b>55,91</b>	<b>30,42</b>	<b>152,84</b>	<b>1 110,10</b>

Медработник  
Повар

Утверждаю  
Начальник лагеря

МЕНЮ  
на 23 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	150/15/5	5,96	10,46	31,60	245,02
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,80
Фрукты свежие	150	0,80	0,70	20,30	85,50
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>13,11</b>	<b>14,97</b>	<b>84,38</b>	<b>516,92</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие \огурец\	60	0,45	3,60	1,40	39,96
Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,11	14,16	127,75
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Котлеты или биточки рыбные	85/5	6,88	10,15	11,62	184,72
Соус томатный с овощами	50	0,43	2,12	3,77	35,97
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Сок овощной, фруктовый, ягодный	200	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>870</b>	<b>19,63</b>	<b>31,07</b>	<b>104,17</b>	<b>846,61</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1400</b>	<b>32,74</b>	<b>46,04</b>	<b>188,55</b>	<b>1 363,53</b>

Медработник

Повар

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 24 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих помидоров )	60	14,82	20,23	9,10	276,00
Омлет натуральный	150	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Фрукты свежие	150	0,80	0,70	20,30	85,50
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>580</b>	<b>21,76</b>	<b>21,67</b>	<b>79,15</b>	<b>582,30</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с крупой	250	3,55	4,59	18,79	144,25
Птица отварная	85/5	13,47	12,95	12,58	221,00
Рагу овощное	150	3,06	5,52	11,84	115,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Сок овощной, фруктовый, ягодный	200	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>760</b>	<b>25,20</b>	<b>23,69</b>	<b>97,85</b>	<b>760,35</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1380</b>	<b>46,96</b>	<b>45,36</b>	<b>177,00</b>	<b>1 342,65</b>

Медработник

Повар

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 26 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная пшопная	250	4,97	10,46	32,62	245,02
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/15	6,30	9,17	19,40	185,33
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>18,38</b>	<b>23,53</b>	<b>89,47</b>	<b>639,35</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,43	0,08	1,14	7,20
Суп картофельный вегетарианский	250	1,65	5,60	9,15	93,50
Жаркое по - домашнему	50/180	21,30	22,80	21,80	387,70
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из свежих плодов	180	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>760</b>	<b>28,50</b>	<b>29,31</b>	<b>81,53</b>	<b>750,00</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1280</b>	<b>46,88</b>	<b>52,84</b>	<b>171,00</b>	<b>1 389,35</b>

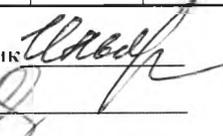
Медработник

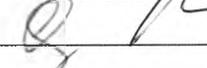
Повар

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 24 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Оладьи с яблоками со сгущенным молоком	150/20	12,03	12,23	68,73	433,00
Фрукты свежие	200	2,25	0,75	31,50	144,00
Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,02	16,00	65,00
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>570</b>	<b>14,48</b>	<b>13,00</b>	<b>116,23</b>	<b>642,00</b>
<b>Обед</b>					
Овощи свежие ( салат из свежих помидоров и огурцов )	60	0,57	3,63	1,82	42,36
Борщ с капустой и картофелем	250	1,98	2,75	12,12	85,75
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Шницель рыбный натуральный	90	11,73	12,91	0,25	164,00
Соус томатный с овощами	50	0,43	2,12	3,77	35,97
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Компот из свежих плодов	180	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>850</b>	<b>23,03</b>	<b>31,70</b>	<b>85,98</b>	<b>768,29</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1420</b>	<b>37,51</b>	<b>44,70</b>	<b>202,21</b>	<b>1 410,29</b>

Медработник 

Повар 

Утверждаю  
Начальник лагеря

**МЕНЮ**  
на 28 июня 2023г.

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша жидкая молочная геркулесовая	250	7,33	11,44	36,16	278,21
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/15	6,30	9,17	19,40	185,33
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
<b>ИТОГО за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>20,74</b>	<b>24,51</b>	<b>93,01</b>	<b>672,54</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с клецками	250	3,55	4,59	18,79	144,25
Котлеты рубленые из птицы	85/5	13,47	12,95	12,58	221,00
Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,40
Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	79,20
Кондитерское изделие	50	1,60	4,20	17,12	112,75
Компот из свежих плодов	180	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>ИТОГО за обед:</b>	<b>740</b>	<b>26,80</b>	<b>28,09</b>	<b>109,77</b>	<b>855,10</b>
<b>Итого за весь день:</b>	<b>1260</b>	<b>47,54</b>	<b>52,60</b>	<b>202,78</b>	<b>1 527,64</b>

Медработник \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_