



СОГЛАСОВАНО:

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ПРИШКОЛЬНЫХ ЛЕТНИХ ЛАГЕРЕЙ
на 2026 год.(ТРУДОВОЙ)**

№	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.
1ый день					2 ой день			
Завтрак					Завтрак			
1		Яйца вареные вкрутую(куриные)	80		224	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/10	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1*3	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	
3	431	Чайе сахаром и лимоном	185/15/7		431	Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100	
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	250		106	Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курица)	250	
3	314	Котлеты рубленые из птицы (цыплята бройлера)с соусом	70/30		283	Тефтели из говядины в соусе	60/30	
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	200/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40			Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		432	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого				Итого		
Полдник					Полдник			
1		Сок в ассортименте	200			Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день				Общий итог за день		292,75
3 ий день					4 ый день			
Завтрак					Завтрак			
1	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5		189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3	431	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7		402	Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100		51	Винегрет овощной	100	
2	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица))	250		84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	200/40		272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40	

6				430	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30		Кефир 2.5	200	
		Итого			Итого		
		Общий итог за день			Общий итог за день		292,18
		5 ой день			6 ой день		
		Завтрак			Завтрак		
1	184	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	184	Каша Ячневая рассыпчатая с маслом	200	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/10/10	1*3	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/10/10	
3	432	Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	411	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1		Салат из моркови и яблок	100	21	Салат из зел. горошка	60	
2	106	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	99	Суп гороховый на мясокостном бульоне (Курица)	250	
3	311	Плов из куриных грудок	200/40	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80	
				402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день			Общий итог за день		292,18
		7 ой день			8 ой день		
		Завтрак			Завтрак		
1	175	Каша Пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи со стуженкой	200/5/10	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/10/10	430	Чай с сахаром	185/15	
3	430	Чай с сахаром	185/15				
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100	34	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	100	
2	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне (Курица)	250	84	Щи из свежей капусты с Курицей	250	
3	307	Птица отварная (щиплята бройлерная)	100	259	Гуляш из говядины	40/40	
4	202	Макаронны отварные с маслом сливочным	200/5	270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
5		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40	
6	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Полдник			Полдник		

1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30			
		Итого			Итого	
		Общий итог за день			Общий итог за день	222,18
		9 ый день			10 ый день	
		Завтрак			Завтрак	
1	189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	184	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5
2		Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10
3	431	Чай с сахаром и лимном	185/15/7	431	Чай с сахаром и лимном	185/15/7
		Итого			Итого	
		Обед			Обед	
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100	45	Салат из зел.горошка	100
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	106	Суп с макаронными изделиями с фрикадельками(Говядина)	250/25
3	314	Котлеты рубленые из птицы (шплеты бройлера)с соусом	70/30	299	Запеканка картофельная с говядиной	200
4	325	Рис отварной с маслом сливочным	200/5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		Компот из сухофруктов +витамин С	200
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200			
		Итого			Итого	
		Полдник			Полдник	
1	432	Кофейный напиток	200		Фрукты в ассортименте	200
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30			
		Итого			Итого	
		Общий итог за день			Общий итог за день	292,18
		11 ый день			12 ый день	
		Завтрак			Завтрак	
1	184	Омлет натуральный	200/5	224	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/10
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10		Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10
3	431	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	430	Чай с сахаром	185/15
		Итого			Итого	
		Обед			Обед	
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	100	45	Салат из Моркови	85
2		Суп гороховый на Курином бульоне	250	106	Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курица)	250
3	307	Птица отварная (шплеты бройлерные)	100	283	Тефтели из говядины в соусе	60/30
4	202	Макаронки отварные с маслом сливочным	200/5	270	Пюре гороховое с маслом сливочным	200/5
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40
6	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200
		Итого			Итого	
		Полдник			Полдник	

1		Какао с молоком	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день			Общий итог за день	292,18	
13 ый день				14 ый день			
Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	189	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10		Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	402	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого		
Обед				Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	100	51	Винегрет овощной	100	
2	96	Рассольник Ленинградский на курином бульоне(Курица)	250	84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	200/40	272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		Хлеб(ржаной,пшеничный)	80/40	
6				430	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого			Итого		
Полдник				Полдник			
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день			Общий итог за день	292,18	
15 ый день				16 ый день			
Завтрак				Завтрак			
1	184	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	213	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	
2	1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	
3		Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	411	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого		
Обед				Обед			
1		Салат из зел.горошка	60	21	Овощи натуральные (соленые)	40	
2	106	Суп картофельный с мясными фрикадельками(Говядина)	250/25	99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курица)	250	
3	311	Плов из куриных грудок	200/40	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	70/30	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	200/5	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40	
				402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого			Итого		
Полдник				Полдник			
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	200	

2		Кондитерское изделие(Печенье)	50				
		Итого				Итого	
		Общий итог за день				Общий итог за день	292,18
		17 ый день				18 ый день	
		Завтрак				Завтрак	
1	175	Каша молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5		401	Оладьи со сгущенкой	200/5/10
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/10/10		430	Чай с сахаром	185/15
3	430	Чай с сахаром	185/15				
		Итого				Итого	
		Обед				Обед	
	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100		34	Салат из свеклы с яблоками	60
1	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250		84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	250
2	307	Птица отварная (цыплята бройлерные)	100		259	Гуляш из говядины	40/30
3	202	Макароны отварные с маслом сливочным	200/5		270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80/40			Хлеб(ржаной ,пшеничный)	80/40
5	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200		402	Компот из сухофруктов + витамин С	200
		Итого				Итого	
		Полдник				Полдник	
1		Кофейный напиток	200			Фрукты в ассортименте	200
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30				
		Итого				Итого	
		Общий итог за день				Общий итог за день	292,18
		Всего					

2		Кондитерское изделие(Печенье)	50				
		Итого				Итого	
		Общий итог за день				Общий итог за день	22,18
		17 ый день				18 ый день	
		Завтрак				Завтрак	
1	175	Каша молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи со сгущенкой	200/5/10	
2	1*3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	430	Чай с сахаром	185/15	
3	430	Чай с сахаром	185/15				
		Итого			Итого		
		Обед				Обед	
	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	100	34	Салат из свеклы с яблоками	60	
1	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250	84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	
2	307	Птица отварная (цыплята бройлерные)	100	259	Гуляш из говядины	40/30	
3	202	Макаронны отварные с маслом сливочным	200/5	270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	80/40		Хлеб(ржаной ,пшеничный)	80/40	
5	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	402	Компот из сухофруктов +витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Полдник				Полдник	
1		Кофейный напиток	200		Фрукты в ассортименте	200	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день			Общий итог за день		292,18
		Всего					