

Меню для организации питания детей в летнем лагере труда и отдыха 2026 г.

возрастная группа: от 12 лет и старше

день недели	прием пищи	Наименование блюда	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен.	Наименование блюда	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен.
ч т в е р г	завтрак	28 мая, 11 июня, 25 июня			04 июня, 18 июня		
		Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	326	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	180/10	210
		Чай с сахаром	200/15	57	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	58
	обед	Бутерброд с сыром	50/30	235	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
		Фрукты (в ассортименте)	100	65	Фрукты (в ассортименте)	120	290
		Суп картофельный с горохом	250	142	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	94
		Котлеты Крепыш с соусом красным основным	75/30	230	Биточки Дружба с соусом красным основным	80/20	380
		Каша гречневая вязкая	180	253	Пюре картофельное	180	145
		Чай с сахаром	200/15	57	Нектар в ассортименте	200	132
		Хлеб/Батон (порциями)	30	60	Хлеб/Батон (порциями)	40	80
Булочка Маковка	50	188	Перемяч с фаршем из говядины	80	110		
	ИТОГО	1410	1613	ИТОГО	1430	1599	
п я т н и ц а	завтрак	29 мая, 12 июня - выходной, 26 июня			05 июня, 19 июня		
		Каша молочная Дружба с маслом сливочным	180/10	210	Овощи свежие порционно	50/50	16
		Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	58	Макаронные изделия отварные с котлетой Московской	180/41	490
	обед	Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Чай с сахаром	200/15	57
		Манник домашний с повидлом	110/15	296	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
		Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	250	108	Суп картофельный Рисовое зернышко с зеленью	250/3	120
		Рыба запеченная (филе минтая)	100	432	Фрикасе	100	315
		Пюре картофельное	180	145	Каша гречневая вязкая	180	253
		Компот из ягод	200	66	Напиток витаминный	200	78
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
Кекс для детского питания 1 шт	28	109	Сосиска в тесте	50/50	61		
	ИТОГО	1393	1624	ИТОГО	1469	1590	
с у б о т а	завтрак	30 мая, 13 июня - выходной, 27 июня			06 июня, 20 июня		
		Паста с сыром	180/40	473	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	180/10	210
		Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Чай с сахаром	200/15	57
	обед	Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
		Пюре фруктовое 1 шт	90	32	Манник домашний с повидлом	110/15	296
		Рассольник со сметаной (крупа перловая)	250	160	Суп картофельный Гречишное зернышко	250	105
		Сосиски отварные для детского питания, 2 шт	100	234	Пельмени отварные из мяса птицы с маслом сливочным	200/10	640
		Рис отварной	180	271	Чай с сахаром	200/15	57
		Напиток из шиповника с апельсином	200	66	Хлеб/Батон (порциями)	40	100
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	40	100
Вафли неглазированные 1 шт	20	103	Пюре фруктовое 1 шт	90	32		
	ИТОГО	1382	1598	ИТОГО	1385	1597	
п о н е д е л ь н и к	завтрак	01 июня, 15 июня, 29 июня			08 июня, 22 июня		
		Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным с доп гарниром сыр твердый порционно	180/10/30	493	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	190/10	260
		Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Бутерброд с сыром	50/40	240
	обед	Ватрушка с творогом	90	60	Гребешки с повидлом или Ватрушка с повидлом	85	120
		Суп картофельный с лапшой по-домашнему	250	104	Овощи свежие порционно	50/50	16
		Котлеты Любительские с соусом красным основным	80/20	221	Суп картофельный Рисовое зернышко с зеленью	250/3	120
		Каша гречневая рассыпчатая	180	319	Биточки Дружба с соусом красным основным	80/20	380
		Напиток апельсиновый	200	68	Каша гречневая вязкая	180	253
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Напиток апельсиновый	200	68
Изделие бисквитное 1 шт	35	132	Хлеб/Батон (порциями)	50	100		
	ИТОГО	1397	1656	ИТОГО	1480	1616	
в т о р н и к	завтрак	02 июня, 16 июня, 30 июня			09 июня, 23 июня		
		Омлет натуральный	200	361	Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным	180/10	440
		Чай полусладкий с курагой	200/10/7	54	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
	обед	Фрукты (в ассортименте)	120	140	Фрукты (в ассортименте)	120	53
		Рассольник со сметаной (крупа перловая)	250	160	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	94
		Цыплята запеченные со сметаной (голень)	110	226	Плов из цыплят	50/200	401
		Макаронные изделия отварные	180	225			
		Напиток лимонный	200	65	Компот из кураги и чернослива	200	104
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
Булочка Российская	60	157	Пицца детская с курицей	100	228		
	ИТОГО	1437	1588	ИТОГО	1432	1579	
с р е д а	завтрак	03 июня, 17 июня			10 июня, 24 июня		
		Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/10	260	Омлет с доп. гарниром сыр твердый порционно	200/30	379
		Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	58
		Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
	обед	Рулет с маком	100	231	Рогалик с курагой	80	123
		Суп картофельный с горохом	250	142	Овощи свежие порционно	50/50	16
		Плов из цыплят	50/200	401	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	175
		Компот из кураги и чернослива	200	104	Картофель тушеный с филе птицы рубленным	200	587
		Хлеб/Батон (порциями)	30	60	Чай с сахаром	200/15	57
		Мороженое 1 шт	70	162	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
	ИТОГО	1382	1519	ИТОГО	1395	1595	