



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. |
|------------------|-------------|--|-----------------------|---------------|------------------|--|-----------------------|---------------|
| 1 ый 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 | Чайс 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 | | 292,18 | | Общий итог за день | | 292,18 |
| 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 | | 292,18 | Общий итог за день | | 292,18 |
| | | 5 ый день | | | 6 ой день | | |
| | | Завтрак | | | Завтрак | | |
| 1 | 184 | Каша пшениная вязкая молочная с маслом сливочным | 200/5 | | 184 | Каша Ячневая рассыпчатая с масом | 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 | | 402 | Хлеб (ржаной,пшеничный) | 80 |
| | | Итого | | | Итого | | |
| | | Полдник | | | Полдник | | |
| 1 | | Сок в ассортименте | 200 | | | Фрукты в ассортименте | 200 |
| 2 | | Кондитерское изделие | 30 | | | | |
| | | Итого | | | Итого | | |
| | | Общий итог за день | | 292,18 | 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 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 | | |
| 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 (цыплята бройлерные) | 100 | | 259 | Гуляш из говядины | 40/40 |
| 4 | 202 | Макароны 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 | | 292,18 | Общий итог за день | | 292,18 |
| | | 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 (цыплята 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 | | 292,18 | 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 (цыплята бройлерные) | 100 | | 283 | Тефтели из говядины в соусе | 60/30 |
| 4 | 202 | Макароны 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 | | 292,18 | | 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 | | 292,18 | | 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 | | 292,18 | | 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 | Макароньы 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 | | 292,18 | | Общий итог за день | 292,18 |
| | | Всего | | 5259,24 | | | |

| | | | | | | | |
|---|-----|---|----------|----------------|-----|---|---------------|
| 2 | | Кондитерское изделие(Печенье) | 50 | | | | |
| | | Итого | | | | Итого | |
| | | Общий итог за день | | 292,18 | | 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 | Макароньы 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 | | 292,18 | | Общий итог за день | 292,18 |
| | | Всего | | 5259,24 | | | |