

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Т.М. Ваншина
Т.М. Ваншина

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ПРИШКОЛЬНЫХ ЛЕТНИХ ЛАГЕРЕЙ**

на 2026 год.(дневной)

№	№ рецептур	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.	№ рецептуры	Наименование продукта	Выход на 1 порц., гр.	Цена, руб.
1ый день								
Завтрак					2ой день			
1	213	Яйца вареные вкрутую(куриные)	40		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	433	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7			Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60		45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	
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 бройлеры)с соусом	60/30		283	Тефтели из говядины в соусе	60/30	
4	202	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		270	Пюре гороховое с маслом сливочным	150/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40			Хлеб(ржаной,пшеничный)	40/40	
5	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	180	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30					
		Итого				Итого		
		Общий итог за день		248,35		Общий итог за день		248,35
3ий день								
Завтрак					4ый день			
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		431	Чай с сахаром	185/15	
		Итого				Итого		
Обед					Обед			
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	60		51	Винегрет овощной	60	
2	96	Рассольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250		84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульон	250	
3	258	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/150		272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	60/30	

3	25 8	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/150	272	Котлеты рубленные из говядины с соусом	60/30
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	40/40	181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5
5	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб(ржаной, пшеничный)	40/40
6				430	Компот из сухофруктов+витамин С	200
		Итого			Итого	
		Полдник			Полдник	
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	180
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30		Кефир 2,5	200
		Итого			Итого	
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день	248,356
		5ый день			6 ой день	
		Завтрак			Завтрак	
1	18 4	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	184	Каша Ячневая рассыпчатая с маслом сливочным	200
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 моркови и яблок	60	21	Салат из зел горошка	60
2	10 6	Суп картофельный с мясными фрикадельками(Говядина)	250/25	99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курица)	250
3	31 1	Плов из куриных грудок	40/150	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	60/30
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	40/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5
5	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80
					Компот из сухофруктов + витамин С	200
		Итого			Итого	
		Полдник			Полдник	
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	180
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30			
		Итого			Итого	
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день	248,35
		7 ой день			8 ой день	
		Завтрак			Завтрак	
1		Каша Пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи со стуженкой	150/10
2	1* 3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	430	Чай с сахаром	185/15
3	43 0	Чай с сахаром	185/15			
		Итого			Итого	
		Обед			Обед	
1	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	34	Салат из вареной свеклы с зеленым горошком	60
2	96	Расольник Ленинградский на мясокостном бульоне(Курица)	250	84	Щи из свежей капусты с Курцаей	250/25
3	30 7	Птица отварная (цыплята бройлерные)	80	259	Гуляш из говядины	40/30

4	20 2	Макароньы отварные с маслом сливочным	150/5	270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		Хлеб(ржаной ,пшеничный)	40/40
6	40 2	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	180
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30			
		Итого			Итого	
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день	248,35
		9 ый день			10 ый день	
		Завтрак			Завтрак	
1	18 9	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	184	Каша пшениная 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		Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	432	Чай с сахаром	185/15
		Итого			Итого	
		Обед			Обед	
1		Нарезка овощная (огурца грунтовые нового года урожая)	60	45	Салат из Зеленого горошка	60
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне(Курином)	250	106	Суп с макаронными изделиями с фрикадельками(Говядина)	250/25
3	31 4	Котлеты рубленые из птицы (цыплята бройлера)с соусом	60/30	299	Запеканка картофельная с говядиной	150
4	32 5	Рис отварной с маслом сливочным	150/5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40	411	Компот из сухофруктов +витамин С	200
6	40 2	Компот из сухофруктов +витамин С	200			
		Итого			Итого	
		Полдник			Полдник	
1		Кофейный напиток	200		Фрукты в ассортименте	180
2		Кондитерское изделие (Чоко Пай)	30			
		Итого			Итого	
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день	248,35
		11 ый день			12 ый день	
		Завтрак			Завтрак	
1		Омлет натуральный	130	224	Запеканка творожная со стуженным молоком	130/10
2	1* 3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40/10/10
3		Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	432	Чай с сахаром	185/15
		Итого			Итого	
		Обед			Обед	
1		Нарезка овощная (помидоры грунтовые нового года урожая)	60	45	Салат из Моркови	60
2		Суп гороховый на Курином бульоне	250		Суп лапша домашняя на курином бульоне(Курица)	250
3	30 7	Птица отварная (цыплята бройлерные)	80	283	Тефтели из говядины в соусе	60/30

4	20 2	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	270	Пюре гороховое с маслом сливочным	150/5	
5		Хлеб (ржаной, пшеничный)	40/40		Хлеб(ржаной, пшеничный)	40/40	
6	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Подзник			Подзник		
1		Какао с молоком	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день	248,35	
13 ый день				14 ый день			
		Завтрак			Завтрак		
1	18 4	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	1*3	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	40/10/10	
3		Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	432	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1		Нарезка овощная (огурцы, грунтовые, нового года урожая)	60	51	Винегрет овощной	60	
2	96	Рассольник Ленинградский на курином бульоне(Курица)	250	84	Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	
3	25 8	Жаркое по-домашнему с куриными грудками	40/150	272	Котлеты рубленые из говядины с соусом	60/30	
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	40/40	181	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5	
5	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб(ржаной, пшеничный)	40/40	
6				430	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Подзник			Подзник		
1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день	248,35	
15 ый день				16 ый день			
		Завтрак			Завтрак		
1	18 4	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 и сыром	40/10/10	
3		Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	432	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1		Салат из зел, горошка	60	21	Овощи натуральные (соленые)	40	
2	10 6	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курица)	250	
3	31 1	Плов из куриных грудок	40/150	239	Котлеты рыбные (минтай) с соусом	60/30	
4		Хлеб (ржаной, пшеничный)	40/40	335	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	
5	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200		Хлеб (ржаной, пшеничный)	80	

				402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Подзник			Подзник		
1		Кисель плодово-ягодный с витамином С	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день		248,35
		17 ый день			18 ый день		
		Завтрак			Завтрак		
1	17 5	Каша молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5	401	Оладьи со стуженкой	150/10	
2	1* 3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10	430	Чай с сахаром	185/15	
3	43 0	Чай с сахаром	185/15				
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	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	30 7	Птица отварная (цыплята бройлерные)	80	259	Гуляш из говядины	40/30	
3	20 2	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	270	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5	
4		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40		Хлеб(ржаной ,пшеничный)	40/40	
5	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200	402	Компот из сухофруктов + витамин С	200	
		Итого			Итого		
		Подзник			Подзник		
1		Кофейный напиток	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие (Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день		248,35
		19 ый день			20 ый день		
		Завтрак			Завтрак		
1	18 9	Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	184	Каша пшенная вязкая молочная с маслом сливочным	200/5	
2		Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40/10/10		Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40/10/10	
3		Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	432	Чай с сахаром	185/15	
		Итого			Итого		
		Обед			Обед		
1		Нарезка овощная (огурцы грунтовые нового года урожая)	60	45	Салат из белокочанной капусты (нового года урожая)	60	
2	76	Борщ из свежей капусты на мясокостном бульоне	250	106	Суп с макаронными изделиями и фрикадельками(Говядина)	250/25	
3	31 4	Котлеты рубленые из птицы (цыплята бройлера)с соусом	60/30	299	Запеканка картофельная с говядиной	150	
4	32 5	Рис отварной с маслом сливочным	150/5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40	
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40	411	Компот из сухофруктов+витамин С	200	
6	40 2	Компот из сухофруктов + витамин С	200				
		Итого			Итого		
		Подзник			Подзник		

1		Сок в ассортименте	200		Фрукты в ассортименте	180	
2		Кондитерское изделие(Печенье)	30				
		Итого			Итого		
		Общий итог за день		248,35	Общий итог за день		248,35
		21 ый день					
		Завтрак					
1	18 4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным.	200/5				
2	1* 3	Бутерброд с маслом сливочным,сыром	40/10/10				
3	43 0	Чай с сахаром	185/15				
		Итого					
		Обед					
1		Салат летний	60				
2	99	Суп гороховый на мясокостном бульоне(Курница)	250				
3	28 3	Тефтели из говядины в соусе	60/30				
4	20 2	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5				
5		Хлеб (ржаной,пшеничный)	40/40				
6	40 2	Компот из сухофруктов +витамины С	200				
		Итого					
		Полдник					
1		Сок в ассортименте	200				
2		Кондитерское изделие(Чоко Пай)	30				
		Итого					
		Общий итог за день		248,35			
		Всего		5215,35			