

СОГЛАСОВАНО

Начальник летнего оздоровительного
лагеря «Бригантина»

на базе МАОУ СОШ № 4

Терешкова О.Р.

«01» июля 2026 год

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО «ОЛЕС»

Васьков Е.Л.

«01» июля 2026 год



Примерное меню для детского муниципального лагеря с
дневным пребыванием детей 7-11 лет
«Бригантина» МАОУ СОШ № 4.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник летнего
 городского оздоровительного
 лагеря "Бригантина" на базе
 МАОУ "СОШ №4"
 Терешкова О.Р.
 " " "
 2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 1 ДЕНЬ 1.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																		
14/4	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	2,86	10,54	1,65	40,48	293,40	6,78	48	180	1,32	35,5	39,7	0,25	0,18	0,14	0,3	41,60
4/13	Бутерброд с сыром	30/20	3,75	16,53	1,26	21,15	266,94	9,86	21,6	122	0,97	112	77	0,91	0,07	0,09	0,51	28,16
17/1	Чай с сахаром	200	1,45	1,66	0,29	20,30	102,21	1	6,09	39,2	0,1	6	4	0	0,01	0,06	0,1	4,20
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	19	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0,52	2,11
	Фрукт свежий яблоко	150	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	40,00
	Итого за прием		8,15	30,00	4,43	109,57	803,89	17,84	101	384	7,43	154	141	2,8	0,37	0,39	10,1	116,07
Обед																		
	Помидоры свежие	60	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	16,92
19/2	Суп картофельный с горохом с гречками м.р.	250/10	0,00	4,95	5,63	17,80	143,67	0,72	33,4	93,2	1,74	0	970	2,45	0,17	0,06	0,6	22,00
11/8	Плов с филе куриным	220	12,60	34,26	0,10	7,88	398,51	14,28	31,5	169	2,03	31,3	250	0,7	0,36	0,13	5,04	96,71
20/1	Напиток ягодный	200	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	20,00
-	Батон витаминизированный	30	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	5,06
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	30	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	3,33
	Итого за прием		12,72	48,40	8,35	125,64	1081,55	19,93	126	430	6,33	77,1	1389	5,25	0,76	0,31	10,4	164,02
Полдник																		
-	Изделие кондитерское Гуливер	50	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	40,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	4,20
	Итого за прием		47,67	64,49	6,08	154,08	1490,39	35,47	169	905	12,2	298	2042	6,51	0,6	1,08	68,1	44,20
	Итого за день																	324,29
	Содержание. % от калорийности		18,00		34,00		48,00											

Зав. производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"
Терешкова О.Р.

" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.И.

2026г.



Оздоровительный лагерь "Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 2 ДЕНЬ 02.06.2025г

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																		
2/6	Омлет с мясopодуктами	150/5	20,98	26,52	0,00	3,14	324,90	14,24	19,6	261	2,95	197	111	1,07	0,07	0,49	0,11	83,84
5/13	Сыр (порциями)	10	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	12,22
	Напиток из чая и сока	200	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,3	108	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	18,50
-	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,37
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	14	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,56
	Итого за прием		28,64	36,72	2,73	29,37	583,97	19,97	81,7	525	5,74	250	152	2,52	0,22	0,73	14,4	119,49
Обед																		
29/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	1,20	5,36	0,30	18,39	142,93	3,57	22,7	71	0,67	22,3	1540	0,3	0,06	0,09	9,31	22,03
23/8	Гуляш из свинины	110	17,71	15,82	0,22	12,18	268,39	8,55	27,7	201	2,62	10,9	9,88	0,67	0,08	0,15	8,62	87,32
57/3	Макароны отварные м.р.	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,7	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	0,13	18,86
3/10	Напиток из яблок	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	12,66
-	Батон витаминизированный	20	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	50	3,37
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	14	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,56
	Итого за прием		19,03	27,78	3,35	124,71	906,42	15,5	86,9	379	6,42	48,3	1890	3,98	0,38	0,35	0	145,80
Полдник																		
	Изделие мучное	100	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,3	108	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	41,00
5/13	Кефир разливной	200	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	18,00
	Итого за день		31,13	47,82	10,69	166,86	1334,32	21,71	179	488	9,55	116	5151	7,71	0,77	0,54	251	324,29
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		52,00											

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.
" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Управляющий ООО
"ОЛЕС"
Васьков Е.Л.
" " 2026г.

Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 3 ДЕНЬ 3.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																		
9/5	Пудинг творожный со сгущенным	150/25	25,93	19,08	0,19	33,58	419,56	11,75	41,11	327,7	1,08	119	65,39	0,68	0,08	0,42	0,46	96,40
3/13	Бутерброд с маслом	25/10	0,06	10,65	0,34	17,61	179,71	6,7	0	2,38	0,03	73,8	47,5	0,13	0	0,01	0,26	16,47
16/1	Чай с молоком	200	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	1	6,09	39,15	0,08	6	4	0	0,01	0,06	0	10,74
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34
	Итого за прием		27,52	31,89	1,26	74,06	720,14	19,66	49	379,6	1,63	200	117,1	1,64	0,17	0,53	0,72	125,95
Обед																		
10/ 2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/10	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	2,05	31,62	92,92	1,11	9,36	1020	2,64	0,1	0,07	0,17	25,00
30/8	Биточки по-Домашнему св	100	16,91	16,31	0,07	5,89	237,17	9,07	22,32	180,8	2,18	26,3	18,3	0,51	0,06	0,17	37,94	69,33
13/3	Пюре картофельное	180	0,00	5,76	6,55	16,31	140,69	0,79	33,04	66,13	1,29	0	420,1	3,07	0,05	0,07	3,75	37,00
20/1	Чай с лимоном	200/5	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	6,00
-	Батон витаминизированный	21	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	3,67
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34
	Итого за прием		17,26	32,63	14,50	100,46	834,89	13,26	114,7	409,1	6,48	44,3	1582	7,83	0,4	0,41	56,07	143,34
Полдник																		
	Фрукт свежий	170	0,02	1,50	0,08	2,57	32,53	0,94	8,23	24,89	0,28	7,84	123,5	0,1	0,04	0,02	7,45	55,00
20/10			0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	
	Итого за день		25,20	58,37	20,16	221,68	1665,82	27,73	208,3	849,2	9,77	163	2598	11,83	0,8	0,7	196,6	324,29
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		55,00											

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
 Начальник летнего
 городского оздоровительного
 лагеря "Бригантина" на базе
 МАОУ "СОШ №4"
 Терешкова О.Р.
 " " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО **Управляющий**
 ООО "ОЛЕС"
 Васильков Е.Л.
 2026г.



Оздоровительный лагерь "Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 4 ДЕНЬ 04.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																		
5/2	Огурцы свежие	60	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	15,00
30/8	Кнели куриные	100	22,59	7,51	0,30	5,77	179,38	3,28	7,22	49,16	0,48	33,8	20	0,3	0,03	0,08	0	76,09
60/3	Макароны отварные м.р.	180	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	3,57	30,21	89,84	0,63	37,2	21,55	0,32	0,04	0,03	0	18,86
15\1	Чай с лимоном	200\5	0,00	0,08	0,11	13,75	56,43	3,02	0,72	1,33	0,07	0	0,55	0	0	0	3,13	6,00
-	Батон витаминизированный	13	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	2,28
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34
Итого за прием			22,72	16,74	2,48	74,91	585,27	8,62	62,8	194,2	2,51	78,9	420,9	2,2	0,2	0,18	3,13	120,57
Обед																		
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной	250/10	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	23,00
	Жаркое из говядины	200	7,97	22,29	0,66	26,63	360,75	10,72	56,31	182,6	2,49	26,6	2696	0,67	0,36	0,18	19,66	132,70
20/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,28	0,28	24,63	111,49	0,04	3,4	3,4	0,65	0	980	0,76	0,01	0,06	200	4,20
-	Батон витаминизированный	13	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,28
-	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34
Итого за прием			8,41	31,08	8,20	91,95	749,05	13,08	116,3	293,4	7,04	36,7	4730	5,51	0,56	0,36	249	164,52
Полдник																		
	Булочка со штрейзелем	100	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	35,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	4,20
Итого за прием			20,87	78,40	12,78	235,21	1885,45	37,78	227,5	813,6	13,76	231	1530	8,05	1,14	0,7	20,56	39,20
Итого за день																		324,29
Содержание, % от калорийности			11,00		38,00		51,00											

Зав.производством **Чагочкина И.В.**

Начальник лагеря **Терешкова О.Р.**

Технолог **Николаева Е.В.**

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.

" " 2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 5 ДЕНЬ 5.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
	Завтрак																		
34	Каша Царская м.р.	220	24,59	8,26	5,80	1,73	169,95	2,01	1,4	3,95	0,07	5,11	28	2,62	0	0	0	84,57	
15/1	Чай с лимоном	200/5	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	6,00	
-	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,42	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	1,67	2,34	
	Нектар фруктовый	200	0,00	0,06	0,06	30,16	127,59	0,02	21	29,2	0,7	0	700	1,1	0,02	0,04	0,005	26,40	
	Итого за прием		24,72	14,48	8,27	77,10	581,65	5,32	28,15	106,6	2,33	20,3	67,12	4,99	0,21	0,1	8,52	122,73	
	Обед																		
15/2	Суп-лапша с курицей	275	0,27	6,19	5,47	10,83	112,09	1,64	20,24	51,89	0,72	6,24	1032	2,47	0,07	0,05	12,89	35,55	
11/7	Щицель из свинины/помидор свежий	100/60	16,77	10,66	4,68	5,78	189,71	2,21	30,8	193,4	0,78	37,5	4,8	3,54	0,17	0,19	0,8	90,57	
3/3	Рис припущенный м.р.	180	0,83	5,13	0,62	24,05	163,50	3,52	34,31	101,2	1,27	17,6	41,18	0,21	0,14	0,12	0	18,96	
4/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,06	0,06	30,16	127,59	0,02	21	29,2	0,7	0	700	1,1	0,02	0,04	0,005	4,20	
-	Батон витаминизированный	13	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,28	
			0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0		
	Итого за прием		17,95	23,99	12,73	99,42	751,03	7,8	129,4	430,4	5,08	62,1	2098	9,11	0,56	0,48	23,32	151,56	
	Полдник																		
	Желе мол благ	100	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	50,00	
	Итого за день		29,56	47,68	11,13	182,28	1393,49	21,61	149,2	487,4	8,21	74,9	2491	7,92	0,75	0,48	44,52	324,29	
	Содержание, % от калорийности		17,00		31,00		54,00												

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.
" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО **Управляющий**
ООО "ОЛЕС" **«ОЛЕС»**
"Баськов Е.Л."
2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 6 ДЕНЬ 08.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																		
17/4	Каша Дружба молочная с маслом с	200/10	2,92	9,65	0,58	36,62	268,23	6,85	31,4	212	0,84	36	31,8	0,77	0,12	0,16	0,51	41,20
4/13	Бутерброд с сыром	30/20	3,75	16,53	1,26	21,15	266,94	9,86	21,6	122	0,97	112	77	0,91	0,07	0,09	0,1	28,14
17/1	Чай с сахаром	200	1,45	1,66	0,29	20,30	102,21	1	6,09	39,2	0,1	6	4	0	0,01	0,06	1,12	4,20
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	28	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	3,12
	Фрукт свежий	170	0,00	0,18	0,20	30,57	127,44	0,05	13,5	14,4	0,64	0	40	0,35	0,01	0,02	50	60,00
	Итого за прием		8,20	28,96	3,20	102,93	775,20	17,91	89,5	435	3,01	155	223	2,95	0,36	0,41	134	136,66
Обед																		
	Огурцы свежие	60	0,00	0,18	0,20	30,57	127,44	0,05	13,5	14,4	0,64	0	40	0,35	0,01	0,02	50	15,00
19/2	Суп картофельный с горохом с гречками м.р.	250/10	0,00	4,95	5,63	17,80	143,67	0,72	33,4	93,2	1,74	0	970	2,45	0,17	0,06	4,78	22,00
30/8	Колбаска Витаминная сосиска	60	16,91	16,31	0,07	5,89	237,17	9,07	22,3	181	2,18	26	18,3	0,51	0,06	0,17	37,9	46,91
13/3	Пюре картофельное	180	0,00	5,76	6,55	16,31	140,69	0,79	33	66,1	1,29	0	420	3,07	0,05	0,07	3,75	37,00
20/1	Нектар разливной	200	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	25,00
-	Батон витаминизированный	26	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	4,40
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	28	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	3,12
	Итого за прием		17,26	32,63	14,50	100,46	834,89	13,26	115	409	6,48	44	1582	7,83	0,4	0,41	56,1	153,43
Полдник																		
	Печенье вес	60	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	30,00
20/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	4,20
	Итого за день		44,79	64,52	15,76	174,51	1555,03	32,92	164	789	8,12	244	1699	9,47	0,56	0,94	56,8	324,29
	Содержание, % от калорийности		17,00		38,00		45,00											

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:
Начальник летнего
городского
оздоровительного лагеря
"Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"
Терешкова О.Р.

" " "
2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС" 000
* Васьков Е.Л. " "
2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 7 ДЕНЬ 9.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
	Завтрак																		
2/6	Каша манная	200/5	20,98	26,52	0,00	3,14	324,90	14,24	19,63	261	2,95	197	110,5	1,07	0,07	0,49	0,11	34,72	
5/13	Масло порционно/яйцо отварное	20/50	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	42,22	
	Напиток из чая и сока	200	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	18,50	
-	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,42	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	14	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,56	
	Итого за прием		28,64	36,72	2,73	29,37	583,97	19,97	81,66	525,1	5,74	250	152,4	2,52	0,22	0,73	14,37	100,42	
	Обед																		
29/2	Суп-пюре из разных овощей с гре	250/10	1,20	5,36	0,30	18,39	142,93	3,57	22,65	70,97	0,67	22,3	1540	0,3	0,06	0,09	9,31	32,02	
23/8	Митболы	100	17,71	15,82	0,22	12,18	268,39	8,55	27,71	200,7	2,62	10,9	9,88	0,67	0,08	0,15	8,62	91,36	
57/3	Макароньы отварные м.р.	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	0,13	18,86	
3/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	4,20	
-	Батон витаминизированный	16	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	50	2,74	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	18	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,04	
			2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12		
	Итого за прием		19,03	27,78	3,35	124,71	906,42	15,5	86,91	379,5	6,42	48,3	1890	3,98	0,38	0,35	0	151,22	
	Полдник																		
	Изделие кондитерское	90	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	72,65	
	Итого за день		42,67	38,48	21,00	176,52	1332,69	13,12	157,5	537	7,41	82,4	2165	14,11	0,77	0,58	24,99	324,29	
	Содержание, % от калорийности		20,00		27,00		54,00												

мороженое

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.

" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий

ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 8 ДЕНЬ 10.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
	Завтрак																		
34	Биточки рыбные с капустой	100	24,59	8,26	5,80	1,73	169,95	2,01	1,4	3,95	0,07	5,11	28	2,62	0	0	0	0	97,65
57/3	Рис припущенный м.р.	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	1,12	18,96	
15/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	4,20	
-	Батон витаминизированный	22	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,88	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	1,67	2,34	
	Огурцы свежие	60	0,00	0,06	0,06	30,16	127,59	0,02	21	29,2	0,7	0	700	1,1	0,02	0,04	0,005	15,00	
	Итого за прием		24,72	14,48	8,27	77,10	581,65	5,32	28,15	106,6	2,33	20,3	67,12	4,99	0,21	0,1	8,52	142,03	
	Обед																		
15/2	Суп-лапша	250	0,27	6,19	5,47	10,83	112,09	1,64	20,24	51,89	0,72	6,24	1032	2,47	0,07	0,05	12,89	12,45	
11/7	Филе куриное в соусе	120	16,77	10,66	4,68	5,78	189,71	2,21	30,8	193,4	0,78	37,5	4,8	3,54	0,17	0,19	0,8	85,61	
3/3	Каша гречневая рассыпчатая м.р.	180	0,83	5,13	0,62	24,05	163,50	3,52	34,31	101,2	1,27	17,6	41,18	0,21	0,14	0,12	0	15,81	
4/10	Напиток ягодный	200	0,00	0,06	0,06	30,16	127,59	0,02	21	29,2	0,7	0	700	1,1	0,02	0,04	0,005	20,00	
-	Батон витаминизированный	11	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,00	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	19	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,19	
	Итого за прием		17,95	23,99	12,73	99,42	751,03	7,8	129,4	430,4	5,08	62,1	2098	9,11	0,56	0,48	23,32	138,06	
	Полдник																		
15/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	4,20	
	Изделие мучное кексик	40	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	40,00	
	Итого за день		29,56	47,68	11,13	182,28	1393,49	21,61	149,2	487,4	8,21	74,9	2491	7,92	0,75	0,48	44,52	324,29	
	Содержание, % от калорийности		17,00		31,00		54,00												

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.
" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.

2026г.



Оздоровительный лагерь "Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 9 ДЕНЬ 11.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																		
34	Соус Болоньезе св	100	24,59	8,26	5,80	1,73	169,95	2,01	1,4	3,95	0,07	5,11	28	2,62	0	0	0	71,23
57/3	Макаронны отварные м.р.	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	1,12	18,86
15/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,08	0,11	13,41	55,05	0	0,71	1,29	0,07	0	0,54	0,01	0	0	0	4,20
-	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,42
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	1,67	2,28
	Итого за прием		24,72	14,48	8,27	77,10	581,65	5,32	28,15	106,6	2,33	20,3	67,12	4,99	0,21	0,1	8,52	99,99
Обед																		
29/ 2	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	1,20	5,36	0,30	18,39	142,93	3,57	22,65	70,97	0,67	22,3	1540	0,3	0,06	0,09	9,31	22,03
23/8	Тефтели Русские в соусе	110	17,71	15,82	0,22	12,18	268,39	8,55	27,71	200,7	2,62	10,9	9,88	0,67	0,08	0,15	8,62	83,79
57/3	Пюре картофельное	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	0,13	37,00
3/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	4,20
-	Батон витаминизированный	13	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	50	2,28
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	14	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,60
	Нектар фруктовый	200	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	26,40
	Итого за прием		19,03	27,78	3,35	124,71	906,42	15,5	86,91	379,5	6,42	48,3	1890	3,98	0,38	0,35	0	177,30
Полдник																		
57/3	Булочка Свердловская	100	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	1,12	47,00
	Итого за день		31,13	47,82	10,69	166,86	1334,32	21,71	179,1	487,6	9,55	116	5151	7,71	0,77	0,54	251	324,29
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		52,00											

Зав. производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.
" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Ю.
" " 2026г.



Оздоровительный лагерь "Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 10 ДЕНЬ 15.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
Завтрак																		
17/4	Каша Дружба молочная с маслом с	200/10	2,92	9,65	0,58	36,62	268,23	6,85	31,44	212,5	0,84	35,8	31,84	0,77	0,12	0,16	0,51	41,20
4/13	Бутерброд с маслом и сыром	30/10/10	3,75	16,53	1,26	21,15	266,94	9,86	21,56	122,4	0,97	112	77	0,91	0,07	0,09	0,1	28,14
17/1	Чай с сахаром	200	1,45	1,66	0,29	20,30	102,21	1	6,09	39,15	0,1	6	4	0	0,01	0,06	1,12	4,20
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	28	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	3,12
	Фрукт свежий	170	0,00	0,18	0,20	30,57	127,44	0,05	13,49	14,36	0,64	0	40	0,35	0,01	0,02	50	50,00
	Итого за прием		8,20	28,96	3,20	102,93	775,20	17,91	89,49	435	3,01	155	223	2,95	0,36	0,41	133,7	126,66
Обед																		
	Огурцы свежие	60	0,00	0,18	0,20	30,57	127,44	0,05	13,49	14,36	0,64	0	40	0,35	0,01	0,02	50	15,00
19/2	Суп картофельный с горохом с гречками м.р.	250/10	0,00	4,95	5,63	17,80	143,67	0,72	33,39	93,21	1,74	0	969,6	2,45	0,17	0,06	4,78	22,00
30/8	Филе в соусе	100	16,91	16,31	0,07	5,89	237,17	9,07	22,32	180,8	2,18	26,3	18,3	0,51	0,06	0,17	37,94	68,91
13/3	Булгур припущенный	180	0,00	5,76	6,55	16,31	140,69	0,79	33,04	66,13	1,29	0	420,1	3,07	0,05	0,07	3,75	25,00
20/1	Нектар разливной	200	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	25,00
-	Батон витаминизированный	26	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	4,40
	Хлеб ржано-пшеничный витамини	28	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	3,12
	Итого за прием		17,26	32,63	14,50	100,46	834,89	13,26	114,7	409,1	6,48	44,3	1582	7,83	0,4	0,41	56,07	163,43
Полдник																		
	Печенье вес	60	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	30,00
20/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	4,20
	Итого за день		44,79	64,52	15,76	174,51	1555,03	32,92	163,7	788,7	8,12	244	1699	9,47	0,56	0,94	56,79	324,29
	Содержание, % от калорийности		17,00		38,00		45,00											

Зав. производством Чагочкина И.В.

Начальник лагеря Терешкова О.Р.

Технолог Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.

" " " 2026г.



Оздоровительный лагерь "Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 11 ДЕНЬ 16.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
	Завтрак																		
2/6	Омлет с маслом	180/5	20,98	26,52	0,00	3,14	324,90	14,24	19,63	261	2,95	197	110,5	1,07	0,07	0,49	0,11	83,84	
5/13	Сыр (порциями)	10	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	12,22	
	Напиток из чая и сока	200	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	18,50	
-	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,42	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	14	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,56	
	Итого за прием		28,64	36,72	2,73	29,37	583,97	19,97	81,66	525,1	5,74	250	152,4	2,52	0,22	0,73	14,37	119,54	
	Обед																		
2	Суп-лапша	250/10	1,20	5,36	0,30	18,39	142,93	3,57	22,65	70,97	0,67	22,3	1540	0,3	0,06	0,09	9,31	12,45	
23/8	Поджарка из свинины	100	17,71	15,82	0,22	12,18	268,39	8,55	27,71	200,7	2,62	10,9	9,88	0,67	0,08	0,15	8,62	85,26	
57/3	Рис припущенный м.р.	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	0,13	18,96	
3/10	Напиток из шиповника 15гр	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	15,00	
-	Батон витаминизированный	16	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	50	2,74	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34	
	Итого за прием		19,03	27,78	3,35	124,71	906,42	15,5	86,91	379,5	6,42	48,3	1890	3,98	0,38	0,35	0	136,75	
	Полдник																		
	Изделие мучное	100	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	50,00	
5/13	Йогурт разливной	200	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	18,00	
	Итого за день		31,13	47,82	10,69	166,86	1334,32	21,71	179,1	487,6	9,55	116	5151	7,71	0,77	0,54	251	324,29	
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		52,00												

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.

" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.В.

2026г.



Оздоровительный лагерь "Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 12 ДЕНЬ 17.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг		
	Завтрак																		
9/5	Пудинг творожный со сгущенным	150/25	25,93	19,08	0,19	33,58	419,56	11,75	41,11	327,7	1,08	119	65,39	0,68	0,08	0,42	0,46	96,40	
3/13	Бутерброд с маслом	25/10	0,06	10,65	0,34	17,61	179,71	6,7	0	2,38	0,03	73,8	47,5	0,13	0	0,01	0,26	16,47	
16/1	Чай с молоком	200	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	1	6,09	39,15	0,08	6	4	0	0,01	0,06	0	10,74	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34	
	Итого за прием		27,52	31,89	1,26	74,06	720,14	19,66	49	379,6	1,63	200	117,1	1,64	0,17	0,53	0,72	125,95	
	Обед																		
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/10	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	2,05	31,62	92,92	1,11	9,36	1020	2,64	0,1	0,07	0,17	25,00	
30/8	Биточки по-Домашнему св	100	16,91	16,31	0,07	5,89	237,17	9,07	22,32	180,8	2,18	26,3	18,3	0,51	0,06	0,17	37,94	69,33	
13/3	Капуста тушеная	180	0,00	5,76	6,55	16,31	140,69	0,79	33,04	66,13	1,29	0	420,1	3,07	0,05	0,07	3,75	37,00	
20/1	Чай с лимоном	200/5	0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0	6,00	
-	Батон витаминизированный	21	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	3,67	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34	
	Итого за прием		17,26	32,63	14,50	100,46	834,89	13,26	114,7	409,1	6,48	44,3	1582	7,83	0,4	0,41	56,07	143,34	
	Полдник																		
	Фрукт свежий	170	0,02	1,50	0,08	2,57	32,53	0,94	8,23	24,89	0,28	7,84	123,5	0,1	0,04	0,02	7,45	55,00	
20/10			0,00	0,10	0,00	26,00	101,48	0	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0,01	0		
	Итого за день		25,20	58,37	20,16	221,68	1665,82	27,73	208,3	849,2	9,77	163	2598	11,83	0,8	0,7	196,6	324,29	
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		55,00												

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.
" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО. Управляющий
ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.
2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 13 ДЕНЬ 18.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг		
	Завтрак																		
5/2	Помидоры свежие	60	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	16,92	
30/8	Филе птицы в соусе	120	22,59	7,51	0,30	5,77	179,38	3,28	7,22	49,16	0,48	33,8	20	0,3	0,03	0,08	0	85,61	
60/3	Макароны отварные м.р.	180	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	3,57	30,21	89,84	0,63	37,2	21,55	0,32	0,04	0,03	0	18,86	
15\1	Чай с лимоном	200\5	0,00	0,08	0,11	13,75	56,43	3,02	0,72	1,33	0,07	0	0,55	0	0	0	3,13	6,00	
-	Батон витаминизированный	12	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	2,06	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	17	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,95	
	Итого за прием		22,72	16,74	2,48	74,91	585,27	8,62	62,8	194,2	2,51	78,9	420,9	2,2	0,2	0,18	3,13	131,40	
	Обед																		
5/2	Борщ с капустой со сметаной	250/10	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	1,91	35,99	53,43	2,41	9,37	1042	2,52	0,04	0,05	10,81	23,00	
	Жаркое по домашнему св	215	7,97	22,29	0,66	26,63	360,75	10,72	56,31	182,6	2,49	26,6	2696	0,67	0,36	0,18	19,66	95,66	
20/1	Напиток ягодный	200	0,00	0,28	0,28	24,63	111,49	0,04	3,4	3,4	0,65	0	980	0,76	0,01	0,06	200	20,00	
-	Батон витаминизированный	13	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	2,28	
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	17	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	1,95	
	Итого за прием		8,41	31,08	8,20	91,95	749,05	13,08	116,3	293,4	7,04	36,7	4730	5,51	0,56	0,36	249	142,89	
	Полдник																		
	Желе мол благ	200	0,00	0,10	0,10	25,78	103,98	0,03	7,75	8,25	0,4	0	25	0,18	0,01	0,01	0	50,00	
	Итого за день		20,87	78,40	12,78	235,21	1885,45	37,78	227,5	813,6	13,76	231	1530	8,05	1,14	0,7	20,56	324,29	
	Содержание, % от калорийности		11,00		38,00		51,00												

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник летнего
городского оздоровительного
лагеря "Бригантина" на базе
МАОУ "СОШ №4"

Терешкова О.Р.
" " 2026г.

УТВЕРЖДЕНО Управляющий
ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.
2026г.



Оздоровительный лагерь " Бригантина" с дневным пребыванием детей

МЕНЮ 14 ДЕНЬ 19.06.2026г.

Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																		
2/6	Колбаска Витаминная сосиска	60	20,98	26,52	0,00	3,14	324,90	14,24	19,63	261	2,95	197	110,5	1,07	0,07	0,49	0,11	46,91
5/13	Пюре картофельное	180	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	37,00
	Напиток из чая и сока	200	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	18,50
-	Батон витаминизированный	20	0,00	0,90	0,90	15,03	80,86	0,15	9,9	25,5	0,6	0	0	0,51	0,05	0,02	0	3,42
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	22	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,51
	Итого за прием		28,64	36,72	2,73	29,37	583,97	19,97	81,66	525,1	5,74	250	152,4	2,52	0,22	0,73	14,37	108,34
Обед																		
29/2	Щи из свежей капусты со сметаной м.р.	250/10	1,20	5,36	0,30	18,39	142,93	3,57	22,65	70,97	0,67	22,3	1540	0,3	0,06	0,09	9,31	22,03
23/8	Гуляш из свинины м.р.	110	17,71	15,82	0,22	12,18	268,39	8,55	27,71	200,7	2,62	10,9	9,88	0,67	0,08	0,15	8,62	87,32
57/3	Макароны отварные м.р.	180	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	2,95	8,75	48,67	0,89	14,4	14,4	0,98	0,08	0,03	0,13	18,86
3/10	Напиток из яблок	200	0,00	0,12	0,12	26,65	107,51	0,02	4,8	4,4	0,63	0	6	0,24	0,01	0,01	0	12,66
-	Батон витаминизированный	16	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,2	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	50	2,74
	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	21	0,08	0,67	0,63	7,04	39,97	0,21	3,52	20,3	0,88	1	0,32	0,84	0,11	0,07	0	2,34
	Итого за прием		19,03	27,78	3,35	124,71	906,42	15,5	86,91	379,5	6,42	48,3	1890	3,98	0,38	0,35	0	145,95
Полдник																		
	Изделие мучное	100	2,32	3,31	0,00	0,00	68,13	2,32	39,32	108,2	1,6	9,6	7,68	0,02	0,03	0,11	1,12	50,00
5/13	Нектар фруктовый разливной	200	5,26	5,32	0,00	0,00	70,12	3,06	11	120	0,14	42	34	0,08	0,01	0,08	0,14	20,00
	Итого за день		31,13	47,82	10,69	166,86	1334,32	21,71	179,1	487,6	9,55	116	5151	7,71	0,77	0,54	251	324,29
	Содержание, % от калорийности		15,00		33,00		52,00											

Зав.производством

Чагочкина И.В.

Начальник лагеря

Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.