СОГЛАСОВАНО:
Руководитель пришкольного лагеря
СШ №

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.Ю.Толстиков

МЕНЮ на 12.11.2026 г.
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
2 неделя 4 день

**ЗАВТРАК 7-11 лет**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша пшенная с маслом сливочным | 230 | 9,09 | 15,76 | 35,35 | 319,54 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,61 | 1,14 | 21,98 | 100,63 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 0,68 | 21,75 | 110,28 |
| Булочка домашняя йодированная | 75 | 6,46 | 13,19 | 64,37 | 401,96 |

**ЗАВТРАК 12 лет и старше**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Каша пшенная с маслом сливочным | 250 | 9,88 | 17,13 | 38,43 | 417,28 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,61 | 1,14 | 21,98 | 100,72 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 6,02 | 0,95 | 30,45 | 158,41 |
| Булочка домашняя йодированная | 75 | 6,46 | 13,19 | 64,37 | 293,65 |

**ОБЕД 7-11 лет**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,48 | 4,54 | 1,63 | 49,25 |
| Суп лапша-домашняя, с филе птицы | 210 | 7,69 | 3,44 | 11,00 | 105,74 |
| Рагу из овощей с мясом птицы | 250 | 18,78 | 16,50 | 39,93 | 383,32 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,30 | 0,00 | 23,00 | 97,20 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,58 | 0,41 | 13,05 | 66,17 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,40 | 0,36 | 11,50 | 62,84 |

**ОБЕД 12 лет и старше**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 100 | 0,79 | 7,56 | 2,72 | 82,08 |
| Суп лапша-домашняя, с филе птицы | 250 | 6,78 | 6,48 | 13,10 | 149,00 |
| Рагу из овощей с мясом птицы | 280 | 21,03 | 18,48 | 40,72 | 450,88 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 1,44 | 0,00 | 25,56 | 108,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,30 | 0,68 | 21,75 | 113,15 |
| Хлеб ржаной | 60 | 5,10 | 0,54 | 17,25 | 94,26 |

Стоимость комплекса - 303,05 рублей

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ