

СОГЛАСОВАНО

Начальник летнего оздоровительного
лагеря «Бригантина»

на базе МАОУ СОШ № 4

Терешкова О.Р.

«*О*» *марта* 2026 год

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО «ОЛЕС»

Васьков Е.Л.

«*О*» *марта* 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.			Са	Mg	P	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, 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 витаминный	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/	Суп картофельный с горохом с																		
2	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 витаминный	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																		
	Солеержание. % от калорийности		18,00		34,00		48,00												324,29

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 2 ДЕНЬ 02.06.2025г
 Приятного аппетита!

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод., г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мкг		С, 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	Макаронные 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.



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.			Са	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С, 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	Макаронны 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 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		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 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		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	2,49	164,52
Полдник																		
	Булочка со шпрейзелем	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

Чаточкина 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"
"Ваьков 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.			Са	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мкг	В1, мкг	С, мкг		
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 витаминиз.	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/	Суп картофельный с горохом с																		
2	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 витаминиз.	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

Чаточкина И.В.


Начальник лагеря

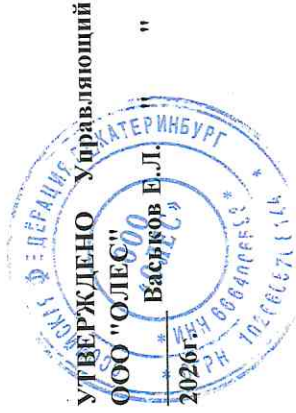
Терешкова О.Р.

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 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.			Са	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, 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	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	0	0	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	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	0	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	0	0	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	0	0	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	0,1	0,1	142,03
	Обед																			
15/2	Сул-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	0	0	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	0,8	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	0	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	0	0	20,00
-	Батон витаминизированный	11	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	0,21	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0,02	0	0	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	0	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	0,48	0,48	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	0	0	4,20
	Изделие мучное кекек	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	0	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	0,48	0,48	324,29
	Содержание, % от калорийности		17,00		31,00	54,00														

Зав.производством

Чагокина И.В.


Начальник лагеря

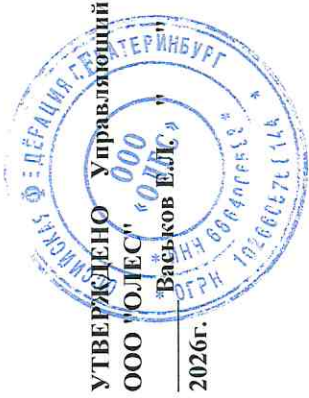
Терешкова О.Р.

Технолог

Николаева Е.В.

СОГЛАСОВАНО:

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



УТВЕРЖДЕНО Управлением
ООО "ОЛЕС" "ОЛЕС"
Васильков Е.В.  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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	В1,мг	С,мг		
34	Завтрак	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	71,23
57/3	Соус Болоньезе св	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	Макаронь отварные м.р.	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	
-	Чай с сахаром	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	
-	Батон 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	1,67	2,28	
-	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	Тфтели 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

Чаточкина 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 В.В.
" " " 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.			Са	Mg	P	Fe	А, 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	31,44	212,5	0,84	35,8	31,84	0,77	0,12	0,16	0,51	41,20
4/13	Буторбород 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 витаминизированный	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/	Суп картофельный с горохом с	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
2	гречками м.р.	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
30/8	Филе в соусе	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
13/3	Бульор 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
20/1	Нектар разливной	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
-	Батон витаминизированный	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
	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	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.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
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.



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.			Са	Mg	P	Fe	А, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, 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	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 витаминиз.	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 витаминиз.	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	2,49	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.Ю. _____
" " _____ 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.			Са	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 витаминизированный	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/	Щи из свежей капусты со																	
2	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 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		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
Чаточкина И.В.
Начальник лагеря
Терешкова О.Р.
Технолог
Николаева Е.В.