ООО "Большая Перемена Иск"
Утверждено
Генеральный директор_____ Даниленко Е.Е.

28.05 2026 г.

Меню

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые вещества, г

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал,	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**533**	**88,86 руб.**	662,2	12,3	9,5	105,6
Каша пшенная молочная жидкая	153		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
Фрукты свежие (Яблоки)	120		80,5	[illegible]	[illegible]	[illegible]
Чай с сахаром	200		60,0	0,1	0,0	25,[illegible]
Хлеб пшеничный	30		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**710**	**151,14 руб.**	**899,8**	**32,2**	**40,2**	**114**
Икра свекольная	30		64,5	0,0	6,1	3,1
Щи из свежей капусты с картофелем	200		133,8	2,4	7,0	6,2
Плов из отварной птицы	200		341,9	22,2	26,1	26,1
Компот из смеси сухофруктов	200		110,0	0,5	0,0	37,0
Хлеб пшеничный	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой_____ Федорова АВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ **Даниленко Е.Е.**

29.05 **2026 г.**

Меню

День №2

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	**634,4**	**20,4**	**27,4**	**64,0**
Омлет натуральный	100		279,4	12,5	16,7	2,5
Чай с лимоном	200		61,0	0,1	0,0	25,2
Фрукты свежие (Яблоки)	130		80,5	0,0	0,1	14,7
Хлеб ржано-пшеничный	30		90,5	2,8	0,5	14,2
Хлеб пшеничный	40		123,0	5,0	10,1	7,4
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**896,5**	**31,3**	**32,1**	**130,1**
Салат Летний	30		97,3	0,0	7,2	2,0
Суп картофельный с пшеном	200		96,2	2,3	7,0	13,6
Тефтели рыбные с соусом красным основным 60/30	90		228,9	14,7	8,7	10,6
Макаронные изд. отварные	150		144,9	5,5	8,0	29,0
Компот из свежих яблок	200		79,6	0,2	0,0	25,0
Хлеб пшеничный	40		141,0	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорова Н.В

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор_____Даниленко Е.Е.

01. 06 2026 г.

Меню

День №3

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**508**	**88,86 руб.**	**691,7**	**24,9**	**24,6**	**106,6**
Каша ячневая молочная вязкая	203		253,6	5,8	10,5	26,8
Бутерброд с сыром (2в)	35		123,0	5,0	10,1	7,4
Кофеный напиток с молоком	200		89,0	6,2	2,9	25,9
Хлеб пшеничный	40		117,5	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**700**	**151,14 руб.**	**890,0**	**30,5**	**40,8**	**105,2**
Салат из свежих огурцов	30		60,6	0,0	7,0	0,6
Свекольник	200		117,6	2,7	6,6	9,6
Кулеш из гречки со свининой	200		365,2	20,0	26,2	20,6
Напиток из шиповника	200		97,0	0,7	0,0	32,8
Хлеб пшеничный	30		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой_____ Федорова АВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

02.06 **2026 г.**

Меню

День №4

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**533**	**88,86 руб.**	**646,3**	**12,1**	**11,7**	**100,1**
Каша "Дружба"	153		210,2	4,9	10,7	18,8
Фрукты свежие (Яблоки)	120		80,5	0,0	0,0	14,7
Чай с сахаром	200		106,0	0,1	0,0	25,0
Хлеб ржано-пшеничный	30		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**740**	**151,14 руб.**	**904,5**	**27,9**	**29,8**	**127,6**
Икра морковная	30		64,5	0,0	6,1	3,1
Суп картофельный с клецками	200		163,0	2,2	5,6	8,7
Биточек куриный в соусе	90		191,7	13,0	9,4	18,9
Каша перловая рассыпчатая	150		178,3	5,6	7,7	31,5
Компот из смеси ягод с/м	200		99,0	0,0	0,0	23,8
Хлеб пшеничный	40		117,5	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		90,5	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорова АВ

ООО "Большая Перемена Иск"
Утверждено
Генеральный директор_____ Даниленко Е.Е.

Меню

03.06 **2026 г.**

День №5

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	**646,3**	**19,5**	**18,4**	**98,3**
Каша манная молочная жидкая	205		215,4	7,2	9,5	30,8
Сыр твердый (порциями)	15		98,3	2,7	6,6	0,0
Чай с молоком	200		83,0	2,5	1,3	25,9
Хлеб пшеничный	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**925,2**	**29,0**	**29,9**	**123,9**
Салат из огурцов и редиса	30		93,1	0,0	6,6	5,6
Борщ с капустой/картофелем	200		117,6	2,5	7,0	8,5
Запеканка из печени с рисом с соусом	90		196,9	13,2	7,5	6,6
Картофельное пюре	150		158,0	4,2	7,6	16,3
Компот из смеси сухофруктов	200		110,0	0,5	0,0	37,0
Хлеб пшеничный	40		141,0	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой_____ Федорова АБ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

04.06 **2026 г.**

День №6

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**533**	**88,86 руб.**	**633,8**	**14,0**	**10,1**	**108,3**
Каша пшенная молочная жидкая	153		232,7	6,8	9,1	26,8
Фрукты свежие (Яблоки)	120		90,5	0,0	0,0	14,7
Чай с лимоном	200		61,0	0,1	0,0	25,2
Хлеб пшеничный	30		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**905,1**	**29,3**	**28,3**	**143,5**
Помидоры свежие (овощи натуральные)	30		73,7	0,0	5,6	2,5
Суп с макарон. изд. и картофелем	200		112,3	3,0	5,1	14,8
Шницель куриный в соусе красном	90		191,7	13,0	9,4	18,9
Рис припущенный	150		198,2	4,5	7,0	32,4
Компот из свежих яблок	200		79,6	0,2	0,0	25,0
Хлеб пшеничный	40		141,0	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорова НВ

ООО "Большая Перемена Иск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

05.06 **2026 г.**

День №7

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**503**	**88,86 руб.**	**639,4**	**20,4**	**11,7**	**118,3**
Каша овсянная молочная жидкая	153		210,3	5,6	7,6	27,8
Фрукты свежие (Абрикос)	70		90,5	0,0	0,0	14,7
Чай с молоком	200		89,0	6,2	2,9	25,9
Хлеб пшеничный	40		141,0	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**932,6**	**35,2**	**34,2**	**128,0**
Салат из свежих огурцов	30		60,6	0,0	7,0	0,6
Суп картофельный с рыбой	200		184,8	8,9	7,9	12,1
Голубцы ленивые с соусом	90		213,8	13,5	10,4	14,7
Макаронные изд. отварные	150		144,9	5,5	8,0	29,0
Компот из кураги	200		97,0	0,7	0,0	32,8
Хлеб пшеничный	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		90,5	2,8	0,5	14,2

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорова АВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

_____ 2026 г.

День №8

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность,	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Угле-
Комплекс Завтрак	**500**	**88.86 руб.**	675.8	26.6	21.1	98.1
Запеканка из творога/сгущ.молоком	120		283.3	17.0	18.8	15.9
Чай с сахаром	200		93.5	0.0	0.0	14.7
Фрукты свежие (Яблоки)	120		91.0	2.5	1.3	25.9
Хлеб пшеничный	30		117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный	30		90.5	3.3	0.6	17.0
Комплекс Обед	**710**	**151.14 руб.**	895.8	33.5	38.8	100.4
Салат из свеклы и моркови	30		68.1	0.0	7.0	2.1
Суп картофельный с горохом	200		126.4	2.8	7.4	12.1
Рагу из птицы	200		352.7	23.6	23.4	20.8
Компот из смеси ягод с/м	200		99.0	0.0	0.0	23.8
Хлеб пшеничный	40		141.0	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108.6	3.3	0.6	17.0

Согласовано Начальник лагеря _____ Федорова АВ

Заведующая столовой _____

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

09.06.2026 г.

День №9

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**533**	**88,86 руб.**	**663,2**	**12,3**	**9,5**	**105,8**
Каша рисовая молочная жидкая	153		272,1	5,1	8,5	24,3
Фрукты свежие (Яблоки)	120		80,5	0,0	0,0	14,7
Чай с лимоном	200		61,0	0,1	0,0	25,2
Хлеб пшеничный	30		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**943,6**	**30,4**	**37,1**	**141,2**
Салат из огурцов и редиса	30		93,1	0,0	6,6	5,6
Рассольник Ленинградский	200		117,0	2,6	7,2	13,0
Котлета мясная (свинина/птица) с соусом красн	90		206,2	15,7	14,8	19,4
Каша гречневая рассыпчатая	150		209,3	5,6	7,7	31,5
Компот из смеси сухофруктов	200		110,0	0,5	0,0	37,0
Хлеб пшеничный	40		117,5	3,2	0,3	20,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		90,5	2,8	0,5	14,2

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорова АВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор_____Даниленко Е.Е.

10.06.2026 г.

Меню

День №10

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	619,3	17,1	17,1	97,4
Каша манная молочная жидкая	205		215,4	7,2	9,5	30,8
Сыр твердый (порциями)	15		94,3	2,7	6,6	0,0
Чай с сахаром	200		60,0	0,1	0,0	25,0
Хлеб пшеничный	50		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**743**	**151,14 руб.**	943,6	43,5	36,5	140,9
Маринад овощной с томатом	30		67,7	0,5	6,7	2,6
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200		96,2	2,3	7,0	13,6
Котлета куриная в соусе красном	90		191,7	13,0	9,4	18,9
Пюре из гороха с маслом	153		217,0	15,7	5,5	29,3
Компот из свежих яблок	200		144,9	5,5	7,0	39,0
Хлеб пшеничный	30		117,5	3,2	0,3	20,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря_____

Заведующая столовой_____ Федорова АВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

11.06. 2026 г.

День №11

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые вещестава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность,	Белки	Жиры	Угле-
Комплекс Завтрак	533	88,86 руб.	648.6	16.6	22.5	91.8
Каша "Дружба"	153		253.6	5.8	10.5	26.8
Фрукты свежие (Яблоки)	120		90.5	0.0	0.0	14.7
Чай с сахаром	200		91.0	2.5	1.3	25.9
Хлеб пшеничный	30		123.0	5.0	10.1	7.4
Хлеб ржано-пшеничный	30		90.5	3.3	0.6	17.0
Комплекс Обед	710	151,14 руб.	868.0	32.7	40.4	123.8
Салат из свежих огурцов и помидоров	30		64.5	0.0	6.1	3.1
Рассольник Домашний	200		115.0	2.7	7.2	10.2
Плов из отварной птицы	200		341.9	22.2	26.1	36.1
Компот из облепихи	200		97.0	0.7	0.0	32.8
Хлеб пшеничный	40		141.0	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108.6	3.3	0.6	17.0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Пудорова АВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор Даниленко Е.Е.

15.06 **2026 г.**

Меню

День №12

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**508**	**88,86 руб.**	**620,3**	**12,1**	**11,7**	**100,3**
Каша ячневая молочная вязкая	203		210,2	4,9	10,7	18,8
Бутерброд с сыром (2вар)	35		93,5	0,0	0,0	14,7
Чай с лимоном	200		67,0	0,1	0,0	25,2
Хлеб пшеничный	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**941,2**	**31,3**	**30,5**	**126,9**
Салат из свежих огурцов	30		60,6	0,0	7,0	0,6
Суп картофельный с клецками	200		163,0	2,2	5,6	8,7
Тефтели рыбные в соусе красном основном	90		228,9	14,7	8,7	10,6
Макаронные изд. отварные	150		144,9	5,5	8,0	29,0
Напиток из шиповника	200		94,2	0,3	0,0	28,1
Хлеб пшеничный	40		141,0	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4

Согласовано Начальник лагеря

Заведующая столовой Федорова НВ

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор_____ Даниленко Е.Е.

16.06 2026.г.

Меню

День №13

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	**641,8**	**20,1**	**13,0**	**109,0**
Запеканка из творога с молоком сгущенным	120		212,7	6,8	9,1	26,8
Фрукты свежие (Яблоки)	100		90,5	0,0	0,0	14,7
Чай с молоком	200		89,0	6,2	2,9	25,9
Хлеб пшеничный	50		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**942,7**	**30,4**	**31,0**	**140,0**
Икра морковная	30		64,5	0,0	6,1	3,1
Свекольник	200		117,6	2,7	6,6	9,6
Биточек куриный в соусе красном	90		191,7	13,0	9,4	18,9
Каша перловая рассыпчатая	150		209,3	5,6	7,7	21,5
Компот из смеси сухофруктов	200		110,0	0,5	0,0	37,0
Хлеб пшеничный	40		141,0	4,6	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4

Согласовано Начальник лагеря_____

Заведующая столовой_____ Федорова Ав

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

17.06 2026 г.

Меню

День №14

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые веществ а, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
Комплекс Завтрак	**533**	**88,86 руб.**	**673,4**	**24,2**	**19,8**	**97,2**
Каша пшенная молочная жидкая	153		283,3	17,0	18,8	15,9
Фрукты свежие (Яблоки)	120		80,5	0,0	0,0	14,7
Чай с сахаром	200		60,0	0,1	0,0	25,0
Хлеб пшеничный	30		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**940,5**	**34,6**	**44,3**	**133,0**
Салат Летний	30		97,3	0,0	7,2	2,0
Суп с макарон. изд. и картофелем	200		112,3	3,0	5,1	14,8
Котлета мясная (свинина/птица) с соусом красн	90		206,2	15,7	14,8	19,4
Картофель отварной	150		153,0	3,8	8,3	19,0
Компот из смеси ягод с/м	200		144,9	5,5	8,0	39,0
Хлеб пшеничный	40		136,3	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		90,5	2,8	0,5	14,2

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорова Н.В.

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

18.06 2026 г.

День №15

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые вещестава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	**707,5**	**24,1**	**27,4**	**72,4**
Омлет натуральный	100		279,4	12,5	16,7	2,5
Чай с лимоном	200		61,0	0,1	0,0	25,2
Фрукты свежие (Яблоки)	130		117,5	3,2	0,0	20,3
Хлеб пшеничный	40		141,0	5,0	10,1	7,4
Хлеб ржано-пшеничный	30		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**710**	**151,14 руб.**	**874,9**	**33,4**	**38,6**	**95,7**
Салат из свежих огурцов	30		60,6	0,0	7,0	0,6
Борщ с капустой/картофелем	200		115,0	2,7	7,2	10,2
Рагу из птицы	200		352,7	23,6	23,4	20,8
Компот из облепихи и яблоками	200		97,0	0,0	0,0	22,5
Хлеб пшеничный	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Федорову А.В.

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

Меню

19.06 2026 г.

День №16

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	**641,3**	**14,5**	**13,0**	**101,0**
Каша "Дружба"	153		230,2	4,9	10,7	18,8
Фрукты свежие (Абрикос)	70		80,5	0,0	0,0	14,7
Чай с молоком	200		81,0	2,5	1,3	25,9
Хлеб пшеничный 50	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный 50	37		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**750**	**151,14 руб.**	**940,9**	**35,2**	**31,2**	**133,1**
Икра свекольная	30		64,5	0,0	6,1	3,1
Суп картофельный с рыбой	200		184,8	8,9	6,9	12,1
Шницель куриный в соусе	90		191,7	13,0	9,4	18,9
Картофельное пюре	150		158,0	4,2	7,6	16,3
Напиток из шиповника	200		97,0	0,7	0,0	32,8
Хлеб пшеничный	40		136,3	4,4	0,5	29,5
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	4,0	0,7	20,4

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ Даниленко Е.Е.

21.06 -2026 г.

Меню

День №17

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Пищевые вещества, г. Белки	Жиры	Углеводы
Комплекс Завтрак	**503**	**88,86 руб.**	**646,6**	**20,3**	**24,1**	**91,8**
Каша ячневая молочная вязкая	203		253,6	5,8	10,5	26,8
Бутерброд с сыром (2 вар.)	35		123,0	5,0	10,1	7,4
Чай с сахаром	200		89,0	6,2	2,9	25,9
Хлеб пшеничный	35		90,5	0,0	0,0	14,7
Хлеб ржано-пшеничный	30		90,5	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**710**	**151,14 руб.**	**911,3**	**34,0**	**46,9**	**117,4**
Салат Витаминный	30		34,5	0,0	6,1	3,1
Суп картофельный с горохом	200		126,4	2,8	7,4	12,1
Кулеш из гречки со свининой	200		355,9	18,6	25,4	21,6
Компот из свежих яблок	200		144,9	5,5	7,0	39,0
Хлеб пшеничный	40		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Кудерова А.В

ООО "Большая Перемена Нск"
Утверждено
Генеральный директор _____ **Даниленко Е.Е.**

23.06 **2026 г.**

Меню

День №18

Для детей с 7 до 11 лет

Пищевые веществава, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
Комплекс Завтрак	**500**	**88,86 руб.**	**649,3**	**17,1**	**17,1**	**97,4**
Каша манная молочная жидкая	205		235,4	7,2	9,5	30,8
Сыр твердый (порциями)	10		94,3	2,7	6,6	0,0
Чай с лимоном	200		70,0	0,1	0,0	25,0
Хлеб пшеничный	45		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	40		108,6	3,3	0,6	17,0
Комплекс Обед	**700**	**151,14 руб.**	**893,3**	**32,2**	**42,3**	**109,4**
Салат из свежих огурцов	30		60,6	0,0	7,0	0,6
Рассольник Ленинградский	200		127,0	2,6	8,2	13,0
Плов из отварной птицы	200		361,9	22,2	26,1	26,1
Компот из облепихи	200		94,2	0,3	0,0	28,1
Хлеб пшеничный	35		141,0	3,8	0,4	24,6
Хлеб ржано-пшеничный	35		108,6	3,3	0,6	17,0

Согласовано Начальник лагеря _____

Заведующая столовой _____ Егорова Ав