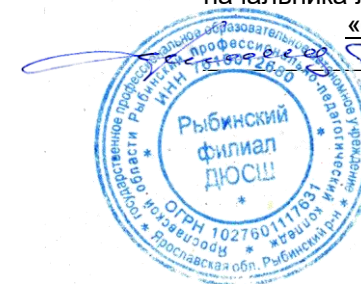


**Утверждаю**  
Исполняющий обязанности  
начальника лагеря  
«01» июня 2024  
А.А. Бородин



## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

детского специализированного (профильного) загородного лагеря с  
круглосуточным пребыванием детей на базе филиала ГПОАУ ЯО Рыбинского  
профессионально-педагогического колледжа - детской юношеской  
спортивной школы по футболу

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ) 25	ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ 150	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И КОЛБАСОЙ 80	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧ. ПРОДУКТАМИ 80	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 30
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧ. ПРОДУКТАМИ 70/10	КОЛБАСА ВЕТЧИННАЯ (ПОРЦИЯМИ) 25	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 25	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 30	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 200	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 90	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 250	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ 100	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" 205	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) 70	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150/20	БИФШТЕКС НАТУРАЛЬНЫЙ 90	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150/20	МЯСО ОТВАРНОЕ 100
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО СГУЩЕНОЕ (ПОРЦ) 25	РИС ОТВАРНОЙ РАССЫПЧАТЫЙ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 150/20	ЧАЙ С САХАРОМ 180	РИС ОТВАРНОЙ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 187	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 50		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 187	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 50	КАКАО С МОЛОКОМ 180		КАКАО С МОЛОКОМ 180		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180
		ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 50				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 50
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 50							

II Завтрак									
ЙОГУРТ 150	СОК 200	ЙОГУРТ 150	ВИНОГРАД 150	СОК 200	СОК 200	СОК 200	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	СОК 200	СОК 200
	ЙОГУРТ 150	ГРУША 200	СОК 200	КОНФЕТЫ 30	ЙОГУРТ 150	ЯБЛОКО 200	СОК 200	ЯБЛОКО 200	ВИНОГРАД 150
			ЙОГУРТ 150		ГРУША 200		ГРУША 150		ПЕЧЕНЬЕ 30
					ВАФЛИ 30				
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 300/10	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ 300/15	ГУЛЯШ 115	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ 300/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 300/20	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 300/20	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 300/20/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	РИС ОТВАРНОЙ 180	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ 175	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 150	БИФШТЕКС НАТУРАЛЬНЫЙ 90	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	БИФШТЕКС НАТУРАЛЬНЫЙ 90	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ 250	ШНИЦЕЛЬ ГОВЯЖИЙ 90	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 150
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 200/5	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 187	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 200/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ 250	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ 180	РИС ОТВАРНОЙ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КИСЕЛЬ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
Полдник									
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ВАФЛИ 50	ПЕЧЕНЬЕ 50	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ 100	МИНИ-ТОРТИК 50	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ЙОГУРТ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЙОГУРТ 200

БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 100	ЧАЙ С САХАРОМ 180	СОК 200	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	БАНАН 100	ВАФЛИ 30	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 100	МИНИ-ТОРТИК 50	АПЕЛЬСИН 200
ЯБЛОКО 200	АПЕЛЬСИН 200		КОНФЕТА 30	КИВИ 150		ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОНФЕТЫ 30	БАНАН 100	
						ЯБЛОКО 150			
Ужин 1									
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ 180	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 100	БЕФСТРОГАНОВ 150	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 100	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 150	МЯСО ОТВАРНОЕ 100	БИТОЧКИ ГОВЯЖЬИ 80

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 187	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 187	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	БАНАН 100	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 187
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИР. 30			
<b>Ужин 2</b>									
НАПИТОК СНЕЖОК 200	РЯЖЕНКА 200	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	НАПИТОК СНЕЖОК 200	РЯЖЕНКА 200	ЙОГУРТ 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 200	РЯЖЕНКА 200	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 200