

УТВЕРЖДАЮ
Начальник лагеря
Колесникова А.А. *Колесникова*
23.04.2025

Примерное двухнедельное меню на летний оздоровительный лагерь
для возрастной группы 7-11 лет и возрастной группы 12-18 лет

День	Наименование блюд	С 7-11 лет	С 11-18 лет	№рецептуры
1 день	Каша геркулесовая	200/10гр	200/10гр.	№109/2008г.
	Чай с сахаром, лимон	200/15/7гр	200/15/7гр.	№1204/2002г.
	Борщ Сибирский со сметаной	250/10гр	250/10гр.	№275/2002г.
	Шлов из свинины	75/150гр	75/150гр.	№838/2002г.
	Напиток из св.мор.ягод	200гр	200гр.	№585/2002г.
	Сыр			
2 день	Гуляш из говядины	80/75гр.	80/75гр.	№827/2002г.
	Греча отварная	150гр.	150гр.	№219/2008г.
	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	№1204/2002г.
	Суп картофельный с фрикадельками	250/30гр.	250/30гр.	№303/2002г.
	Биточек особый	50гр.	100гр.	№855/2002г.
	Картофельное пюре	150 гр.	200гр.	№241/2008г.
	Напиток из свежих яблок	200гр.	200гр.	№1234-2002г.
3 день	Запеканка творожная с мол. сгущ.	150/30гр.	170/30гр.	620/2002г.
	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	1204/2002г.
	Солянка по-домашнему со смет.	250/10гр.	250/10гр.	№355/2002г.
	Котлета Домашняя	100гр.	120гр.	№857/2002г.
	Макароны отварные	150гр.	200гр.	№227/2008г.
	Компот из апельсин	200гр.	200гр.	№1118/3-2002 г.
4 день	Тефтели в соусе	100гр.	100гр.	№847/2002г.
	Соус томатный	50гр.	100гр.	№1038/2002г.
	Рис отварной	150гр.	200гр.	№224/2008г.
	Чай с сахаром	200гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250гр.	250гр.	№307/2002г.
	Жаркое по-домашнему	50/125гр.	75/175гр.	№820/2002г.
	Компот из кураги	200гр.	200гр.	№1118/3-2002 г.
5 день	Омлет натуральный	200гр.	200гр.	№588/2002г.
	Чай с сахаром	200гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Рассольник «Ленинградский»	250/10гр.	250/10гр.	№297/2002г.
	Котлета рыбная «Любительская»	80гр.	100гр.	№162/2008г.
	Картофельное пюре	150гр.	200гр.	№241/2008г.
	Компот из изюма	200гр.	200гр.	№1119/2002г.

6 день	Выходной день			
7 день	Выходной день			

День	Наименование блюд	С 7-11 лет	С 11-18 лет	№рецептуры
8 день	Каша «Дружба»	200/10гр.	200/10гр.	№102/2002г.
	Чай с сахаром	200/15гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Суп гороховый	250/10гр.	250гр.	№306/2002г.
	Зразы рубленые	70гр.	80гр.	№843/2002г.
	Картофель отварной	150гр.	200гр.	№239/2008г.
	Напиток из свежих яблок	200гр.	200гр.	№1234-2002г.
9 день	Макароны отварные	180гр.	200гр.	№227/2008г.
	Сосиска отварная	80гр	100гр	№715/2002 г.
	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	№1204/2002г.
	Суп овощной со сметаной	250/10гр.	250/10гр.	№44/2008г.
	Голубцы ленивые	140гр.	200гр.	№ 178/2008 г.
	Соус сметанный	50гр.	100гр.	№1044/2002г.
	Компот из апельсин	200гр.	200гр.	№1118/3-2002г.
10 день	Запеканка творожная со сгущ.молоком	150/30гр.	170/30гр.	№620/2002г.
	Чай с сахаром, лимон	200/15/7гр.	200/15/7гр.	№1204/2002г.
	Свекольник со сметаной	250/10гр.	250/10гр.	№43/2008г.
	Фрикадельки говяжьи в соусе	100гр.	100гр.	№861/2002г.
	Соус красный основной	100гр.	100гр.	№1011/2002г.
	Картофельное пюре	200гр.	200гр.	№241/2008г.
	Компот из кураги	200гр.	200гр.	№ 1119/2002 г.
11 день	Бефстроганов	50/50гр.	80/80гр.	№736/2002г.
	Рис отварной	150гр.	200гр.	№934/2008г.
	Чай с сахаром	200гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Суп картофельный с фрикадельками	200/30гр.	250/30гр.	№303/2002г.
	Картофельная запеканка с мясом	200/5гр.	200/5гр.	№185/2008г.
	Напиток из свеж. мор.ягод	200гр.	200гр.	№588/2002г.
12 день	Котлета натур. рубленая	100гр.	100гр.	№839/2002г.
	Макароны отварные	150гр.	200гр.	№227/2008г.
	Чай с сахаром	200гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Голень куриная			
	Рис отварной	150гр.	200гр.	№224/2008г.
	Напиток из клюквы	200гр.	200гр.	
13 день	Выходной день			
14 день	Выходной день			

День	Наименование блюд	С 7-11 лет	С 11-18 лет	№рецептуры
1 день	Каша геркулесовая	200/10гр	200/10гр.	№109/2008г.
	Чай с сахаром, лимон	200/15/7гр	200/15/7гр.	№1204/2002г.
	Борщ Сибирский со сметаной	250/10гр	250/10гр.	№275/2002г.
	Плов из свинины	75/150гр	75/150гр.	№838/2002г.
	Напиток из св.мор.ягод	200гр	200гр.	№585/2002г.
	Сыр			
	Котлета Московская	81гр.	81гр.	№856/2002г.
	Картофельное пюре	150гр.	200гр.	№241/2008г.
	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	№1204/2002г.
	Суп картофельный с фрикадельками	250/30гр.	250/30гр.	№303/2002г.
	Шницель натур.рубленный	50гр.	75гр.	№838/2002г.
	Соус красный основной	45гр.	50гр.	№1011/2002г.
	Греча отварная	100гр.	150гр.	№219/2008г.
	Напиток из свеж.мор.ягод	200гр.	200гр.	№585/2002г.
3 день	Запеканка творожная с молок. сгущ.	150/30гр.	170/30гр.	620/2002г.
	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	1204/2002г.
	Солянка по-домашнему со сметаной	250/10гр.	250/10гр.	№355/2002г.
	Котлета Домашняя	100гр.	120гр.	№857/2002г.
	Соус красный основной	50гр.	75гр.	№1011/2002г.
	Макаронны отварные	150гр.	200гр.	№227/2008г.
	Компот из апельсин	200гр.	200гр.	№1118/3-2002 г.
4 день	Тефтели в соусе	100гр.	100гр.	№847/2002г.
	Соус томатный	50гр.	100гр.	№1038/2002г.
	Рис отварной	150гр.	200гр.	№224/2008г.
	Чай с сахаром	200гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250гр.	250гр.	№307/2002г.
	Жаркое по-домашнему	50/125гр.	75/175гр.	№820/2002г.
	Компот из свеж. фруктов	200гр.	200гр.	№1118/3-2002 г.
5 день	Омлет натуральный	200гр.	200гр.	№588/2002г.
	Чай с сахаром	200гр.	200гр.	№1204/2002г.
	Рассольник «Ленинградский»	250/10гр.	250/10гр.	№297/2002г.
	Котлета рыбная «Любительская»	80гр.	100гр.	№162/2008г.
	Картофельное пюре	150гр.	200гр.	№241/2008г.
	Фруктовый сок	200гр.	200гр.	