Утверждаю
Директор МАУ "Детское питание г. Юрги"
А.С.Тарабыкина
" " 2026г.

Примерное 14-дневное меню для организации питания детей в оздоровирельном лагере "Салют", в возрасте с 12 лет и старше.

Средняя стоимость 398 руб

день 1	Выход, г.		день 2	Выход, г.		3 день	Выход, г.		4 день	Выход, г.		5 день	Выход, г.	
Завтрак	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена
			Сыр порциями	30	20,7				Масло сливочное порциями	20	19,92			
			Омлет натуральный	75	13,48	Блинчик со сгущеным молоком	100	31,8	Яйцо отварное	50	7,7	Бутерброд с сыром	35	34,96
			Каша кукурузная молочная с маслом	258	24,6	Каша манная молочная с маслом	258	24,83	Каша молочная пшеничная с маслом	258	25,96	Каша молоч. «Дружба» с маслом	258	18,04
			Чай с сахаром	200	1,37	Горячий шоколад	200	17,3	Чай с сахаром	200	1,37	Кокао с молоком	200	19,05
			Батон нарезной	60	7,38	Батон нарезной	40	4,92	Батон нарезной	60	7,38	Батон нарезной	40	4,92
			Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28
Второй завтрак			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**		
			Фрукт свеж (ябл)	150	23,55	Фрукт свеж (груш)	150	34,05	Фрукт свеж (нектар)	150	37,5	Фрукт свеж (апел)	150	32,25
			Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27
Обед			**Обед**			**Обед**			**Обед**			**Обед**		
омидоры порционные	100	27,2	Огурцы порционные	100	27,2	Ассорти из свежих овощей	100	27,2	Огурцы порционные	100	27,2	Помидоры порционные	100	27,2
ци с мясом и сметаной	250	31,88	Суп гороховый с мясом	250	26,03	Борщ с мясом и сметаной	250	36,06	Суп рыбный с крупой (рыбные консервы)	250	23,81	Рассольник с мясом и смет и перл круп	250	32
рикадельки мясные с оусом по-ученически	100	31,12	Запеканка из говяжьей печени со смет соусом	100	43,85	Котлета мясная "Лукоморье"	100	51,57	Плов с мясом (с)	280	63,38	Запеканка из рыбы под сырной шапкой (горб)	100	61,94
пагетти отварные с маслом	180	12,54	Картофельное пюре с маслом	180	31,02	Каша гречневая рассып с маслом	180	9,3				Картофель отварной с маслом и зел	180	27,74
апиток витаминизированнь	200	5	Компот из кураги	200	9,08	Компот из свежих яблок	200	8,08	Компот фруктово-ягодный	200	8,93	Компот из сухофруктов	200	4,34
леб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32
леб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8
Полдник			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**		
						Конфета шоколадная	15	7,5				Конфета шоколадная	15	7,5
анник	100	13,54	Самса с курицей	100	16,57	Булочка "Домашняя"	100	6,27	Булочка с сыром	100	16,11	Ватрушка с мясом	100	20,95
твар из шиповника	250	13,37	Чай с облепихой	250	11,52	Чай с сахаром	250	1,71	Чай с шиповником	250	11,5	Чай с сахаром	250	1,71
Ужин			**Ужин**			**Ужин**			**Ужин**			**Ужин**		
кра овощная (кабачковая)	100	21,7	Кукуруза консервированная	100	32,5	Маринад из моркови	100	13,28	Горошек консервированный	100	16,88	Икра овощная (кабачковая)	100	21,7
апеканка из рыбы	100	44,48	Курица запеченная с соусом и зеленью	100	48,83	Фриттата с овощами (к)	200	63,64	Оладьи из печени	100	39,44	Рулет из кур с яйцом	100	25,01
ис отварной с маслом	180	11,07	Булгур отварной с маслом	180	17,66				Картофельное пюре с маслом	180	31,08	Макароны отварные с маслом	180	12,54
омпот из сухофруктов	200	4,34	Компот фруктово-ягодный	200	8,93	Чай с сахаром и лимоном	200	2,46	Кисель из кураги	200	7,78	Компот фруктово-ягодный	200	8,93
леб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32
леб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04
Второй ужин			**Второй ужин**			**Второй ужин**			**Второй ужин**			**Второй ужин**		
пеканка из творога со ушекным молоком	90	47,95	Вафля	50	10,34	Сырники из творога с ягодным соусом	90	34,35	Печенье весовое	50	4,5	Пудинг из творога с яблок со сгущен молоком	90	30,73
ай с сахаром	200	1,37	Кефир	200	16,4	Чай с сахаром	200	1,37	Йогурт питьевой	200	23	Чай с сахаром	200	1,37
		281			**435,8**			**420,5**			**418,2**			**437,6**

6 день	Выход, г.		7 день	Выход, г.		8 день	Выход, г.		9 день	Выход, г.		10 день	Выход, г.	
Завтрак	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена
ыр порциями	30	20,7				Масло сливочное порциями	20	19,9				Сыр порциями	30	20,7
овидло порциями	30	5,91	Блинчик с шоколадным соусом	100	58,8	Омлет с сыром	75	18,66	Оладьи с джемом (3шт)	90	43,18	Яйцо отварное	50	7,7
аша овсяная молочная с аслом	258	25,49	Каша кукурузная молочная с маслом	258	24,6	Каша пшенная молочная с маслом	258	25,96	Каша рисовая молочная с маслом	258	25,98	Каша молочная пшеничная с маслом	258	25,92
ай с сахаром	200	1,37	Кофейный напиток с молоком	200	19,21	Чай с сахаром	200	1,37	Горячий шоколад	200	17,3	Чай с сахаром	200	1,37
атон нарезной	60	7,38	Батон нарезной	40	4,92	Батон нарезной	60	7,38	Батон нарезной	40	4,92	Батон нарезной	60	7,38
леб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28
Второй завтрак			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**		
рукт свеж (груш)	150	34,05	Фрукт свеж (ябл)	150	23,55	Фрукт свеж (банан)	150	22,5	Фрукт свеж (апел)	150	32,25	Фрукт свеж (нектар)	150	37,5
ок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27
Обед			**Обед**			**Обед**			**Обед**			**Обед**		
ссорти из свежих овощей	100	27,2	Огурцы порционные	100	27,2	Помидоры порционные	100	27,2	Ассорти из свежих овощей	100	27,2	Помидоры порционные	100	27,2
векольник с мясом и метаной	250	36,97	Щи с мясом и сметаной	250	31,87	Суп картофельный с мясн фрикадель	250	36,51	Суп курин с булгуром ,пом и болг перцем	250	36,22	Суп овощной с мясом и сметаной	250	32,82
иточек мясной Пионерский"	100	52,37	Чахохбили	100	49,34	Печень по-строгоновски	100	43,85	Запеканка из рыбы под сырной шапкой (горб)	100	62	Плов с курицей (ф)	280	60,41
агу овощное с маслом	180	29,1	Картофельное пюре с маслом	180	31,08	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	9,3	Макароны отварные с маслом	180	12,6			
омпот фруктово-ягодный	200	8,93	Компот из кураги	200	9,08	Напиток витаминизированный пл	200	5	Компот из клубники	200	10,1	Компот из сухофруктов	200	4,34
леб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32
леб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8
Полдник			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**		
			Конфета шоколадная	15	7,5				Конфета шоколад	15	7,5			
люшка "Московсая"	100	7,21	Пирог Королевский с творогом	100	21,04	Курник	100	12,18	Рогалик творожный	100	19,57	Пицца с курицей	100	24,91
ай с облепихой	250	11,52	Чай с сахаром	250	1,71	Кисель из кураги	250	9,72	Чай с сахаром	250	1,71	Отвар из шиповника	250	13,4
Ужин			**Ужин**			**Ужин**			**Ужин**			**Ужин**		
орошек консервированный	100	16,9	Маринад из моркови	100	13,3	Икра овощная (кабачковая)	100	21,7	Кукуруза консервированная	100	32,5	Икра овощная (кабачковая)	100	21,7
рикадельки куриные с расным соусом	100	34,96	Зраза рыбная ленивая (горб)	100	72,34	Котлета мясная "Домашняя"	100	41,63	Люля-кебаб с томатным соусом	100	36,16	Оладьи из печени	100	39,44
улгур отварной с маслом	180	17,64	Макароны отварные с маслом	180	12,6	Картофель отварной с маслом и зел	180	27,72	Каша перловая рассыпчатая с м	180	9,74	Картофельное пюре с маслом	180	31,08
омпот из кураги	200	9,08	Компот фруктово-ягодный	200	8,93	Чай с шиповником	200	9,22	Компот из свежих яблок	200	8,08	Чай с сахаром и лимоном	200	2,46
леб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32
леб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04
Второй ужин			**Второй ужин**			**Второй ужин**			**Второй ужин**			**Второй ужин**		
апеканка из творога с годным соусом	90	33,56	Вафля	50	10,34	Сырники из творога со сгущенным молоком	90	29,74	Печенье весовое	50	4,5	Запеканка из творога Зебра со сгущ мол	90	23
ай с сахаром	200	1,37	Йогурт питьевой	200	23	Чай с сахаром	200	1,37	Снежок	200	22	Чай с сахаром	200	1,37
		426,5			495,2			416			458,3			427,5

11 день	Выход, г.		11 день	Выход, г.		13 день	Выход, г.		14 день	Выход, г.			Выход, г.	
Завтрак	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена	**Завтрак**	мл	цена		мл	ст
			Сыр порциями	30	20,7				Масло сливочное порциями	20	19,9			
овидло порциями	30	5,91	Омлет натуральный	75	13,5	Блинчик со сгущеным молоком	100	31,8	Яйцо отварное	50	7,7			
аша молоч. «Дружба» с аслом	258	17,99	Каша пшенная молочная с маслом	258	24,83	Каша рисовая молочная с маслом	258	26,05	Каша кукурузная молочная с маслом	258	24,66			
акао с молоком	200	19,1	Чай с сахаром	200	1,37	Кофейный напиток с молоком	200	19,2	Чай с сахаром	200	1,37			
атон нарезной	60	7,38	Батон нарезной	60	7,38	Батон нарезной	40	4,92	Батон нарезной	60	7,38			
леб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28	Хлеб ржаной	30	2,28			
Второй завтрак			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**					
рукт свеж (ябл)	150	23,55	Фрукт свеж (груш)	150	34,05	Фрукт свеж (нектар)	150	37,5						
ок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27	Сок фруктовый	200	27						
Обед			**Обед**			**Обед**								
гурцы порционные	100	27,2	Ассорти из свежих овощей	100	27,2	Огурцы порционные	100	27,2						
ассольник с мясом и смет и ерл крупой	250	32	Борщ с мясом и сметаной	250	36,12	Суп рыбный с крупой (рыбные консервы)	250	23,87						
ясные колобки	100	56,27	Курица запеченная с соусом и зеленью	100	48,83	Запеканка из говяж печени с кр соусом	100	45,33						
улгур отварной с маслом	180	17,64	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	9,3	Картофель отварной с маслом и зеленью	180	27,72						
апиток витаминизированнь	200	5	Компот из клубники	200	10,1	Компот из кураги	200	9,08						
леб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32						
леб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8	Хлеб ржаной	50	3,8						
Полдник			**Полдник**			**Полдник**								
			Конфета шоколад	15	7,5									
анник	100	13,54	Самса с курицей	100	16,57	Рогалик с повидлом	100	7,31						
ай с облепихой	250	11,5	Чай с сахаром	250	1,71	Отвар из шиповника	250	13,4						
Ужин			**Ужин**			**Ужин**								
аринад из моркови	100	13,28				Икра овощная (кабачковая)	100	21,7						
иточек из рыбы Бриз орб)	100	64,45	Котлета мясная "Деликатесная"	100	37,1	Зраза мясная ленивая	100	57,44						
артофельное пюре с маслом	180	31,08	Рагу овощное с маслом	180	29,42	Макароны отварные с маслом	180	12,6						
омпот из сухофруктов	200	4,34	Компот из свежих яблок	200	8,08	Чай с сахаром	200	1,37						
леб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32	Хлеб пшеничный	60	4,32						
леб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04	Хлеб ржаной	40	3,04						
Второй ужин			**Второй ужин**			**Второй ужин**								
афля	50	10,34	Запекан творож со сгущ мол	90	48	Печенье весовое	50	4,5						
огурт питьевой	200	23	Чай с сахаром	200	1,37	Снежок	200	22						
		428,3			**427,9**			**437,8**			**63,29**			