



Утверждено:
Начальник лагеря:
Грудникова Е.А.

Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
16.06.2026 г.

№ рецеп- тур	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность ,ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Стоимост ь блюда
	белки	жир ы	углевод ы				
					Завтрак		
Тк№ 1	2,4	3,8	28,0	155,6	Бутерброд с маслом	40	17-51
54- 27к	11,2	14,4	55,0	404,0	Каша манная с маслом	210	31-03
54- 23гн	0,14	0,04	10,01	37,90	Кофейный напиток с молоком	200	19-94
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	60	2-80
	23,74	24,4 6	110,01	767,5	Итого	510	71-28
					Обед		
54-5з	0,76	6,09	2,38	67,3	Салат из огурцов и помидор	100	27-96
54-3с	1,81	4,91	125,25	102,50	Рассольник «Ленинградски й»	250	31-63
54-1г	4,86	7,16	48,9	279,6	Макароны отварные	200	29-10
54-4м	6,95	8,38	5,42	123,32	Котлета из курицы	100	64-76
54- 3гн	0,47	0,10	28,16	111,76	Чай с лимоном	200	4-32
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
	21,84	27,3 9	270,47	961,38	Итого	910	161-72
	45,58	51,8 5	380,48	1728,88	Всего	1400	233-00

Старший повар:

Крюкова О.В.



Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
17.06.2026 г.

№ рецеп- тур	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность ,ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимост ь блюда
	белки	жир ы	углевод ы				
					Завтрак		
Тк№ 3	8,81	13,8	16,38	224/7	Хлеб пшеничный	30	2-80
54-6к	8,8	7,62	50,5	306,0	Каша пшённая молочная с/м	210	33-22
54- 2гн	0,14	0,04	10,01	37,90	Чай с сахаром	200	1-88
ТК №3	8,81	13,8	16,38	224,7	Бутерброд (сыр .масло)	60	37-45
	17,75	21,46	76,89	568,6	Итого	500	75-35
					Обед		
54-2з	0,8	0,1	2,6	14,0	Огурец свежий (порц)	100	23-10
54- 24с	3,73	4,33	20,74	139,04	Суп с макаронами	250	12-08
54- 11м	24,7	9,48	40,47	349,98	Плов из кур	200	68-54
54- 2хн	1,0	0,0	22,0	88,0	Компот из кураги	200	9-61
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
пром	0,4	0,4	12,3	101	фрукт		
	37,22	10,33	146,17	867,92	Итого		
	54,97	31,79	223,06	1436,52	Всего		

Старший повар:

Крюкова О.В.



Утверждено:
Начальник лагеря:
Прудникова Е.А.

Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
18.06.2026

№ рецепту р	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность ,ккал	Приём пищи, наименовани е блюда	Масса порции, г	Стоимост ь блюда
	белк и	жир ы	углевод ы				
					Завтрак		
54-2к	4,66	1,5	73,0	90,0	Каша молочная кукурузная с/м	250/10	34-90
54-21гн	3,79	3,20	25,81	143,0	Какао с молоком	200	17-26
пром.	2,37	0,3	24,43	71,7	Хлеб пшеничный	60	2-80
	16,28	15,7	124,01	424,88	Итого	520	54-96
					Обед		
54-13з					Икра свекольная	100	19-87
54-1с	8,17	6,97	18,43	172,22	Щи со свежей капустой	250	13-26
54-11г	4,06	13,40	25,76	239,27	Картофельно е пюре	200	43-27
54-2м	8,64	5,69	3,95	95,33	Гуляш из говядины	80	73-53
пром.	1,0	0,00	27,4	112,0	Сок 0,2	200	39-00
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
Пром.	0,6	0,45	14,25	63,0	яблоко	100	21-60
	29,86	35,76	123,65	940,02	Итого	1110	214-48
	46,14	51,46	247,66	1364,90	Всего	1630	269-41

Старший повар:

Крюкова О.В.



Утверждено:
Начальник лагеря:
Прудникова Е.А.

Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
19.06.2026 г.

№ рецеп тур	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность ,ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимост ь блюда
	белки	жир ы	углевод ы				
					Завтрак		
тк№2	5,08	9,26	38,6	259,36	Бутерброд с повидлом и маслом	30/10/20	23-07
54-4г	6,08	9,77	23,33	205,46	Каша гречневая с/м	200/10	24-64
54- 2гн	4,91	4,02	22,82	143,59	Чай с сахаром	200	1-88
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
	20,81	23,65	113,61	751,81	Итого	520	52-39
					Обед		
54-5з	0,76	6,09	2,38	67,3	Салат из огурцов и помид.	100	26-22
54-2с	1,62	5,04	13,33	107,67	Борщ со свежей капусты	250	20-51
54-6г	7,20	8,84	42,73	277,05	Рис отварной	200	28-16
54-8м	16,58	17,00	16,00	278,0	Тефтели из гов.с рисом	100	57-19
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
54- 32хн	0,47	0,1	28,16	111,76	Компот из свежих яблок	200	10-63
	32,94	32,13	147,17	1067,52	Итого	900	129-01
	53,75	55,78	260,78	1819,33	Всего	1420	173-56

Старший повар:

Крюкова О.В.



Утверждено:
Начальник лагеря:
Прудникова Е.А.

МБОУ Лицей, ЛДП
22.06.2026 г.

№ рецепту р	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность , ккал	Приём пищи, наименовани е блюда	Масса порции, г	Стоимост ь блюда
	белк и	жир ы	углевод ы				
					Завтрак		
54-25.1к	5,79	9,04	30,98	228,85	Каша рисовая молочная	200/10	40-22
54-4гн	2,37	1,85	13,37	74,30	Чай с сахаром и молоком	200	8-08
Пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	60	5-60
пром					повидло	30	21-42
	15,3	18,19	88,41	383,65	Итого	500	77-30
					Обед		
Тк№43	1,41	5,08	8,65	85,90	Салат из свежей капусты с изюмом	100	11-55
4а	2,23	5,23	15,29	118,70	Суп рисовый	250	10-58
54-11г	4,06	13,40	25,76	239,27	Картофельно е пюре	200	43-27
54-11р	11,5	7,0	4,0	125,0	Рыба тушёная с овощами	100	36-15
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-8
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
Тк№69	0,52	0,00	38,4	150,63	Кисель из кураги	200	12-45
	25,86	31,71	130,76	907,90	Итого		117-95
	41,16	49,9	219,17	1291,55	Всего		195-25

Старший повар:

Крюкова О.В.



Утверждено:
Начальник лагеря:
Прудникова Е.А.

Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
23.06.2026г.

№ рецепту р	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность ,ккал	Приём пищи, наименовани е блюда	Масса порции, г	Стоимост ь блюда
	белк и	жир ы	углевод ы				
					Завтрак		
54-9к	6,08	9,77	23,33	205,46	Каша геркулесовая молочная с/м	210	31-56
	5,08	9,26	38,6	259,36	Булочка	75	15-00
54-23гн	4,91	4,02	22,82	143,59	Кофейный напиток	200	15-94
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
	20,81	23,65	113,61	751,81	Итого	515	65-30
					Обед		
54-3з	1,62	5,04	13,33	107,67	Томаты свежие	100	33-00
54-3с	7,20	8,84	42,73	277,05	Рассольник	250	31-63
54-4м	16,58	17,00	16,00	278,0	Котлета из курицы	100	64-76
54-1г	7,2	8,84	42-73	277,05	Макароны отварные	200	29-10
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
Пром.	0,6	0,45	14,25	63,0	груша	150	48-00
Пром.	1,0	0,0	27,4	112,0	сок	200	39-00
	32,94	32,13	147,17	1067,52	Итого	1060	249-44
	53,75	55,78	260,78	1819,33	Всего	1575	314-74

Старший повар:

Крюкова О.В.



Утверждено:
Начальник лагеря:
Прудникова Е.А.

Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
24.06.2026 г.

№ рецептур	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
	белки	жиры	углеводы				
					Завтрак		
	8,81	13,8	16,38	224/7	Бутерброд с маслом	30/10	17-51
54-6к	8,8	7,62	50,5	306,0	Омлет натуральный	200	44-65
54-2гн	0,14	0,04	10,01	37,90	Чай с сахаром	200	1-88
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	60	2-80
	17,75	21,46	76,89	568,6	Итого	500	66-84
					Обед		
54-2з	0,8	0,1	2,6	14,0	Салат из капусты	100	9-44
54-24с	3,73	4,33	20,74	139,04	Суп рыбный (сайра)	250/20	61-59
54-11м	24,7	9,48	40,47	349,98	Плов из кур	200	31-68
54-2хн	1,0	0,0	22,0	88,0	Кисель из кураги	200	12-45
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
пром.	1,0	0,00	27,4	112,0	фрукт	100	21-60
	37,22	10,33	146,17	867,92	Итого	1030	140-71
	54,97	31,79	223,06	1436,52	Всего	1530	207-55

Старший повар:

Крюкова О.В.



Утверждено:
Начальник лагеря:
/Прудникова Е.А.

Меню
МБОУ Лицей, ЛДП
25.06.2026 г.

№ рецепт ур	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
	белки	жиры	углеводы				
					Завтрак		
Тк№236	4,66	0,68	0,66	189,2	Пудинг из творога с яблоком	200	92-61
54-4гн	3,79	3,20	25,81	143,0	Чай молоком	200	8-02
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	60	5-60
пром					Сыр в нарезке	40	38-00
	13,9	4,48	55,33	475,6	Итого	500	144-23
					Обед		
54-11з	2,09	7,56	11,08	119,8	Салат из моркови с яблоком	100	14-37
Тк№19	4,98	7,77	8,70	126,13	Суп гороховый	250	23-26
54-11г	4,06	13,40	25,76	239,27	Картофельно е пюре	200	43-27
	8,64	5,69	3,95	95,33	Печень по строгановски	100	69-83
54-2хн	0,44	0,11	10,2	38,48	Компот из кураги	200	9-61
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб пшеничный	30	2-80
пром.	4,74	0,6	28,86	143,4	Хлеб ржаной	30	1-15
	25,35	35,53	98,35	807,41	Итого	1000	164-29
	38,54	40,01	153,68	1283,01	Всего	1500	308-52

Старший повар:

Крюкова О.В.