

08.06.2026 (понедельник)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
15/60	Бутерброд с джемом	Калорийнос-113, Белок-3, Жиры-7, углеводы-35
250/10	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом	Калорийнос-367, Белок-16, Жиры-22, углеводы-52
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-573, Белок-20, Жиры-29, углеводы-112
<u>Обед</u>		
100	Икра из кабачков	Калорийнос-97, Белок-1, Жиры-7, углеводы-7
250/5	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	Калорийнос-208, Белок-6, Жиры-8, углеводы-25
100	Котлета из птицы с соусом	Калорийнос-349, Белок-38, Жиры-41, углеводы-57
180	Макаронные изделия отварные	Калорийнос-363, Белок-9, Жиры-7, углеводы-26
200	Соки фруктовые	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-1 245, Белок-58, Жиры-65, углеводы-170
Итого за день		Калорийнос-1 818, Белок-77, Жиры-94, углеводы-282

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

315-00

08.06.2026 (понедельник)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10/60	Бутерброд с джемом	Калорийнос-106, Белок-3, Жиры-7, углеводы-33
220/10	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом	Калорийнос-325, Белок-14, Жиры-19, углеводы-46
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-523, Белок-17, Жиры-26, углеводы-104
<u>Обед</u>		
60	Икра из кабачков	Калорийнос-58, Белок-1, Жиры-4, углеводы-4
200/5	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	Калорийнос-167, Белок-5, Жиры-7, углеводы-20
90	Котлета из птицы с соусом	Калорийнос-314, Белок-34, Жиры-37, углеводы-51
150	Макаронные изделия отварные	Калорийнос-303, Белок-7, Жиры-6, углеводы-22
200	Соки фруктовые	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-1 070, Белок-51, Жиры-55, углеводы-152
Итого за день		Калорийнос-1 593, Белок-68, Жиры-81, углеводы-256

Директор

Зав.
производством _____

Директор



315-00

09.06.2026 (вторник)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10/60	Бутерброд с маслом сливочным	Калорийнос-363, Белок-5, Жиры-10, углеводы-56
250/15	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком	Калорийнос-346, Белок-27, Жиры-13, углеводы-29
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-802, Белок-33, Жиры-23, углеводы-110
<u>Обед</u>		
100	Салат из свеклы с маслом растительным	Калорийнос-75, Белок-1, Жиры-4, углеводы-8
250	Рассольник "Ленинградский" с курицей	Калорийнос-265, Белок-17, Жиры-35, углеводы-57
100	Зразы рубленые с соусом молочным	Калорийнос-358, Белок-25, Жиры-26, углеводы-32
180	Пюре гороховое	Калорийнос-285, Белок-17, Жиры-6, углеводы-41
200	Напиток Виталайт	Калорийнос-80, углеводы-19
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
200	Фрукты свежие	Калорийнос-157, Белок-1, Жиры-1, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-1 356, Белок-65, Жиры-74, углеводы-219
Итого за день		Калорийнос-2 158, Белок-98, Жиры-96, углеводы-329

Зав.
производством

Мед. работник

Директор



315-00

09.06.2026 (вторник)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10/60	Бутерброд с маслом сливочным	Калорийнос-363, Белок-5, Жиры-10, углеводы-56
200/15	Пудинг из творога с рисом со сгущенным молоком	Калорийнос-281, Белок-22, Жиры-11, углеводы-24
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-737, Белок-28, Жиры-20, углеводы-105
<u>Обед</u>		
60	Салат из свеклы с маслом растительным	Калорийнос-45, Белок-1, Жиры-2, углеводы-5
200	Рассольник "Ленинградский" с курицей	Калорийнос-212, Белок-13, Жиры-28, углеводы-46
90	Зразы рубленые с соусом молочным	Калорийнос-322, Белок-22, Жиры-23, углеводы-29
150	Пюре гороховое	Калорийнос-238, Белок-15, Жиры-5, углеводы-34
200	Напиток Виталайт	Калорийнос-80, углеводы-19
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
165	Фрукты свежие	Калорийнос-129, Белок-1, Жиры-1, углеводы-27
Итого за Обед		Калорийнос-1 162, Белок-56, Жиры-61, углеводы-189
Итого за день		Калорийнос-1 899, Белок-84, Жиры-81, углеводы-293

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

10.06.2026 (среда)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
15/60	Бутерброд с джемом	Калорийнос-113, Белок-3, Жиры-7, углеводы-35
210/10	Каша "Дружба" с маслом сливочным	Калорийнос-333, Белок-6, Жиры-6, углеводы-42
207	Чай с лимоном	Калорийнос-65, углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийнос-511, Белок-10, Жиры-13, углеводы-93
<u>Обед</u>		
60	Кукуруза консервированная	Калорийнос-44, Белок-2, углеводы-2
200/10	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	Калорийнос-238, Белок-17, Жиры-10, углеводы-27
240	Плов с мясом (свинина, постная)	Калорийнос-418, Белок-18, Жиры-18, углеводы-46
200	Соки фруктовые	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-929, Белок-42, Жиры-30, углеводы-129
Итого за день		Калорийнос-1 440, Белок-51, Жиры-43, углеводы-222

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

10.06.2026 (среда)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
25/60	Бутерброд с джемом	Калорийнос-129, Белок-4, Жиры-8, углеводы-40
250/10	Каша "Дружба" с маслом сливочным	Калорийнос-393, Белок-7, Жиры-7, углеводы-50
207	Чай с лимоном	Калорийнос-65, углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийнос-587, Белок-11, Жиры-15, углеводы-105
<u>Обед</u>		
100	Кукуруза консервированная	Калорийнос-74, Белок-3, Жиры-1, углеводы-3
250/10	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	Калорийнос-295, Белок-21, Жиры-13, углеводы-33
280	Плов с мясом (свинина, постная)	Калорийнос-488, Белок-21, Жиры-21, углеводы-54
200	Соки фруктовые	Калорийнос-92, Белок-1, углеводы-24
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
Итого за Обед		Калорийнос-1 085, Белок-50, Жиры-36, углеводы-144
Итого за день		Калорийнос-1 672, Белок-61, Жиры-51, углеводы-249

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

11.06.2026 (четверг)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
15/60	Бутерброд с сыром твердым	Калорийнос-233, Белок-10, Жиры-8, углеводы-18
250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	Калорийнос-600, Белок-30, Жиры-29, углеводы-124
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-925, Белок-41, Жиры-37, углеводы-167
<u>Обед</u>		
100	Овощи свежие ТТК	Калорийнос-31, Белок-1, углеводы-8
250/10	Суп рыбный со сметаной	Калорийнос-203, Белок-12, Жиры-15, углеводы-25
100	Ежики с соусом молочным	Калорийнос-568, Белок-34, Жиры-49, углеводы-73
180	Греча рассыпчатая	Калорийнос-280, Белок-10, Жиры-8, углеводы-43
200	Компот из ягод (замор.)	Калорийнос-144, Белок-1, углеводы-35
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
200	Фрукты свежие	Калорийнос-157, Белок-1, Жиры-1, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-1 519, Белок-63, Жиры-75, углеводы-246
Итого за день		Калорийнос-2 444, Белок-104, Жиры-112, углеводы-414

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

11.06.2026 (четверг)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10/60	Бутерброд с сыром твердым	Калорийнос-217, Белок-10, Жиры-8, углеводы-17
220/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	Калорийнос-530, Белок-27, Жиры-26, углеводы-110
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-840, Белок-37, Жиры-33, углеводы-152
<u>Обед</u>		
60	Овощи свежие ТТК	Калорийнос-18, Белок-1, углеводы-5
200/10	Суп рыбный со сметаной	Калорийнос-164, Белок-10, Жиры-12, углеводы-20
90	Ежики с соусом	Калорийнос-512, Белок-31, Жиры-44, углеводы-66
150	Греча рассыпчатая	Калорийнос-234, Белок-8, Жиры-6, углеводы-36
200	Компот из свежих плодов	Калорийнос-196, Белок-1, углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
165	Фрукты свежие	Калорийнос-129, Белок-1, Жиры-1, углеводы-27
Итого за Обед		Калорийнос-1 389, Белок-55, Жиры-65, углеводы-206
Итого за день		Калорийнос-2 229, Белок-92, Жиры-99, углеводы-358

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

13.06.2026 (суббота)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
15/60	Бутерброд с маслом сливочным	Калорийнос-389, Белок-6, Жиры-10, углеводы-60
250/10	Каша гречневая на молоке с маслом сливочным	Калорийнос-579, Белок-20, Жиры-16, углеводы-89
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-1 061, Белок-26, Жиры-26, углеводы-174
<u>Обед</u>		
100	Овощи свежие ТТК	Калорийнос-31, Белок-1, углеводы-8
250/13	Суп-лапша с курицей	Калорийнос-184, Белок-7, Жиры-5, углеводы-28, углеводы-20
280	Азу по-татарски (свинина)	Калорийнос-422, Белок-18, Жиры-10, углеводы-40, углеводы-29
200	Компот из свежих яблок	Калорийнос-42, углеводы-9
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
200	Фрукты свежие	Калорийнос-157, Белок-1, Жиры-1, углеводы-33
Итого за Обед		Калорийнос-971, Белок-32, Жиры-18, углеводы-195
Итого за день		Калорийнос-2 032, Белок-58, Жиры-44, углеводы-370

Директор

Зав.
производством

Директор



315-00

13.06.2026 (суббота)

Меню на оказание услуг по организации питания детей, отдыхающие в оздоровительном лагере с дневным пребыванием при школе №14. (младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
10/60	Бутерброд с маслом сливочным	Калорийнос-363, Белок-5, Жиры-10, углеводы-56
220/10	Каша гречневая на молоке с маслом сливочным	Калорийнос-512, Белок-17, Жиры-14, углеводы-79
200/15	Чай с сахаром	Калорийнос-93, углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийнос-968, Белок-23, Жиры-24, углеводы-160
<u>Обед</u>		
60	Овощи свежие ТТК	Калорийнос-18, Белок-1, углеводы-5
200/13	Суп-лапша с курицей	Калорийнос-149, Белок-6, Жиры-4, углеводы-22, углеводы-16
240	Азу по-татарски (свинина)	Калорийнос-362, Белок-16, Жиры-9, углеводы-35, углеводы-25
200	Компот из свежих яблок	Калорийнос-42, углеводы-9
30	Хлеб пшеничный	Калорийнос-72, Белок-2, Жиры-1, углеводы-14
30	Хлеб ржаной	Калорийнос-64, Белок-1, Жиры-1, углеводы-15
165	Фрукты свежие	Калорийнос-129, Белок-1, Жиры-1, углеводы-27
Итого за Обед		Калорийнос-836, Белок-28, Жиры-15, углеводы-168
Итого за день		Калорийнос-1 804, Белок-51, Жиры-39, углеводы-328

Директор

Зав.
производством _____

Директор



315-00