



Утверждаю
Начальник лагеря
МКОУ «Киреевский центр образования №3»
Тихонова К.Н.

Примерное меню летнего пришкольного лагеря
2024/2025 учебный год
МКОУ «Киреевский центр образования № 3»

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порций (г)
День 1		
Завтрак	Омлет натуральный с сыром	180
	Бутерброд с отварной говядиной	30/30
	Чай с сахаром	200
	Яблоко	200
Стоимость завтрака		172,83
Обед	Салат из белокоч.капусты с морковью и яблоком	80
	Суп картофельный с клецками	250
	Плов с курицей	280
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		129,20
Полдник	Печенье штучное	1 шт
	Сок	200
	Апельсин	200
Стоимость полдника		82,15
День 2		
Завтрак	Кнели рыбные припущен	100
	Картофельное пюре	180
	Бутерброд с шоколад маслом	30/10
	Чай с сахаром	200
	Апельсин	200
Стоимость завтрака		184,59
Обед	Огурец свежий	50
	Рассольник ленинградский	250
	Биточек из курицы припущенный	100
	Макароны отварные	180
	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	30

	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		101,82
Полдник	Мини рулет	1 шт
	Снежок	200
	Мандарин	150
Стоимость полдника		95,45
День 3		
Завтрак	Котлета из курицы	90
	Макароны отварные	180
	Чай с лимоном	200/7
	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	55
	Мандарин	150
Стоимость завтрака		121,09
Обед	Огурец свежий	100
	Уха с крупой	250
	Ленивые голубцы	240
	Напиток из шиповника	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		128,05
Полдник	Сдоба	150
	Йогурт	200
	Банан	200
Стоимость полдника		128,48
День 4		
Завтрак	Запеканка из творога со сгущен молоком	200/300
	Какао с молоком	220
	Бутерброд с сыром	55
	Апельсин	200
Стоимость завтрака		254,66
Обед	Помидор свежий	100
	Суп гороховый	250
	Котлета рыбная	100
	Картофельное пюре	180
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		120,26
Полдник	Печенье Чоко-пай	1 шт
	Сок	200
	Яблоко	200
Стоимость полдника		50,98

День 5		
Завтрак	Салат из отварной свеклы	100
	Зразы из курицы	120
	Картофель, отварной в молоке	180
	Бутерброд с джемом	70
	Банан	200
Стоимость завтрака		204,22
Обед	Огурец свежий	50
	Борщ с капустой и картофелем	250
	Печень по-строгановски	110
	Каша гречневая	180
	Компот из свежих яблок	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		116,51
Полдник	Вафли Боярушка	1 шт
	Йогурт	200
	Мандарин	150
Стоимость полдника		93,42
День 6		
Завтрак	Каша рисовая молочная	210
	Какао с молоком	200
	Бутерброд с сыром	45
Стоимость завтрака		83,35
Обед	Салат из свежих помидоров	100
	Щи из свеж капусты с картофелем	250
	Жаркое по-домашнему	200
	Компот из черной смородины	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		194,17
Полдник	Булочка дорожная	100
	Снежок	200
	Мандарин	150
Стоимость полдника		104,96
День 7		
Завтрак	Омлет натуральный	200
	Бутерброд с отварной говядиной	30/30
	Чай с сахаром	200
Стоимость завтрака		117,69
Обед	Салат из свежей капусты и моркови	100
	Борщ с капустой и картофелем	250

	Куры отварные	110
	Каша гречневая	180
	Компот из изюма	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		119,90
Полдник	Вафли Ух-ты	1 шт
	Йогурт	200
	Груша	200
Стоимость полдника		100,41
День 8		
Завтрак	Рыба тушеная с овощами	100
	Рис отварной	180
	Чай с лимоном	200/7
	Хлеб ржаной	30
Стоимость завтрака		64,53
Обед	Салат из редиса	100
	Рассольник ленинградский	250
	Печень по-строгановски	110
	Макароны отварные	180
	Напиток из шиповника	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		127,81
Полдник	Вафли Боярушка	1 шт
	Сок	200
	Банан	200
Стоимость полдника		102,00
День 9		
Завтрак	Шницель куриный	100
	Кабачки тушеные	180
	Чай с джемом	200
	Бутерброд с сыром	45
Стоимость завтрака		152,19
Обед	Салат из отварной свеклы	100
	Суп картофельный с бобовыми	250
	Рыба отварная	100
	Картофельное пюре	180
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30

Стоимость обеда		177,48
Полдник	Печенье Чако-пай	1 шт
	Йогурт	1 шт
	Яблоко	200
Стоимость полдника		84,98
День 10		
Завтрак	Запеканка из творога со сгущен молоком	200/30
	Бутерброд с сыром	45
	Какао с молоком	200
	Персик	200
Стоимость полдника		248,15
Обед	Салат из свежих огурцов и помидоров	100
	Борщ с капустой и картофелем	250
	Азу из говядины	280
	Компот из св.яблок и апельсинов	200
	Хлеб ржаной	30
	Хлеб пшеничный	30
Стоимость обеда		219,30
Полдник	Печенье штучное	1 шт
	Йогурт	200
	Виноград	100
Стоимость полдника		68,01