



ПАМЯТКА РОДИТЕЛЮ ДЛЯ ПЕРЕДАЧИ ПРОДУКТОВ В ЛАГЕРЬ

«Не переживайте — в лагере ребёнка накормят 5 раз в день вкусной и безопасной едой. А этот список просто поможет избежать лишних хлопот и сохранить хорошее настроение себе и вожатым. Несколько простых правил — и отдых пройдёт отлично».

Администрация ДОЛ «Росинка»

ЧТО ЛУЧШЕ НЕ КЛАСТЬ В РЮКЗАК

- ☐ Домашнюю еду (котлеты, супы, яйца, творог, йогурты — они быстро портятся в жару)
- ☐ Газировку (колу, фанту, лимонад, квас)
- ☐ Чипсы, сухарики, доширак, бургеры, пиццу
- ☐ Сосиски, колбасу, сардельки
- ☐ Молоко, творог, сметану без заводской упаковки
- ☐ Пирожные, торты, эклеры с кремом
- ☐ Мороженое
- ☐ Майонез, кетчуп, горчицу
- ☐ Грибы (даже сушёные)
- ☐ Арбузы и дыни
- ☐ Жевательную резинку и семечки
- ☐ Лекарства (их можно передать только через медсестру)

ПОЧЕМУ ЭТО НЕ СТРАШНО?

В лагере вкусно кормят, и ребёнок точно не останется голодным

ЧТО МОЖНО ПОЛОЖИТЬ ДЛЯ ПЕРЕКУСА

- ☐ Вода питьевая негазированная (0,5 л)
- ☐ Сок в маленькой упаковке (0,2 л)
- ☐ Яблоко, груша, банан, мандарин (1-2 штуки)
- ☐ Печенье, пряник, вафли, зефир — только в заводской упаковке
- ☐ Конфеты (кроме леденцов)



💛 ЕСЛИ У РЕБЁНКА ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ

Не волнуйтесь, мы всё решим.

Если у вашего ребёнка есть аллергия, диета или непереносимость каких-то продуктов, просто **заранее свяжитесь с воспитателем отряда**. В лагере учтут особенности здоровья, но только если вы предупредите.

Скажите об этом при заезде или в первые 3 дня смены — и ребёнок будет под присмотром.

📌 ГЛАВНОЕ, ЧТО НУЖНО ЗАПОМНИТЬ

- ❑ Все продукты проверяют при заезде — это обычная процедура для безопасности всех детей.
- ❑ То, что нельзя, просто вернут вам. Никто не ругается и не выбрасывает.
- ❑ В лагере кормят 5 раз в день: завтрак, обед, полдник, ужин и второй ужин. Голодным не останется никто.

ДОВЕРЬТЕСЬ ЛАГЕРЮ — И ПУСТЬ КАНИКУЛЫ БУДУТ ТОЛЬКО В РАДОСТЬ! 🌿