

23.06.2025

Ежедневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений

ООО "СОЮЗ-К"

Утверждаю КИСЕЛЕВ Д.Г.

МКОУ «Распопинская СШ»

Согласовано: \_\_\_\_\_ С.В. Чаплиева

6 день

| Сборник рецептов     | № рецептур ы | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | цена     | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|--------------|-----------------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|
|                      |              |                                               |              |          | Белки, г         | Жиры, г | Углевод ы, г |                               |
| Завтрак              |              |                                               |              |          |                  |         |              |                               |
| 2004                 | 302          | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101 | 200          |          | 7,1              | 5,7     | 32,6         | 210,0                         |
| 2004                 | 2            | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                       | 40/30        |          | 3,1              | 0,2     | 38,4         | 164,7                         |
| 2011                 | 392          | ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д                  | 200          |          | 0,1              | 0,0     | 10,8         | 43,3                          |
|                      | 6            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30           |          | 2,2              | 0,2     | 14,6         | 68,9                          |
| Итого за прием пищи: |              |                                               |              |          | 12,5             | 6,1     | 96,4         | 486,9                         |
| Обед                 |              |                                               |              |          |                  |         |              |                               |
| 2017                 | 71           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71                             | 60           |          | 0,6              | 0,1     | 1,8          | 13,2                          |
| 2011                 | 103          | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №103           | 200          |          | 2,0              | 3,7     | 12,4         | 90,4                          |
| 2011                 | 247          | РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ ТК № 247              | 90           |          | 10,9             | 5,1     | 2,8          | 100,0                         |
| 2004                 | 513          | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513                | 180          |          | 4,8              | 5,1     | 47,3         | 254,5                         |
| 2004                 | 631          | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631               | 200          |          | 0,2              | 0,2     | 14,5         | 60,8                          |
|                      | 6            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40           |          | 3,0              | 0,2     | 19,5         | 91,9                          |
|                      | 7            | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                               | 40           |          | 2,5              | 0,4     | 16,5         | 79,2                          |
| Итого за прием пищи: |              |                                               |              |          | 24,0             | 14,8    | 114,8        | 690,0                         |
| Всего за день:       |              |                                               |              | 168,89 Р | 36,5             | 20,9    | 211,2        | 1 176,9                       |

Ежедневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений

ООО "СОЮЗ-К"

Утверждаю КИСЕЛЕВ Д.Г.

МКОУ «Распопинская СШ»

Согласовано: \_\_\_\_\_ С.В. Чаплиева

6 день

| Сборник рецептов     | № рецептур ы | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Цена     | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|--------------|-----------------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|
|                      |              |                                               |              |          | Белки, г         | Жиры, г | Углевод ы, г |                               |
| Завтрак              |              |                                               |              |          |                  |         |              |                               |
| 2004                 | 302          | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101 | 250          |          | 9,3              | 7,1     | 41,8         | 267,1                         |
| 2004                 | 2            | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                       | 40/30        |          | 3,1              | 0,2     | 38,4         | 164,7                         |
| 2011                 | 392          | ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д                  | 200          |          | 0,1              | 0,0     | 10,8         | 43,3                          |
|                      | 6            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30           |          | 2,2              | 0,2     | 14,6         | 68,9                          |
| Итого за прием пищи: |              |                                               |              |          | 14,7             | 7,5     | 105,6        | 544,0                         |
| Обед                 |              |                                               |              |          |                  |         |              |                               |
| 2017                 | 71           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71                             | 100          |          | 1,0              | 0,2     | 2,9          | 22,0                          |
| 2011                 | 103          | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №103           | 250          |          | 2,4              | 4,2     | 15,3         | 109,1                         |
| 2011                 | 247          | РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ № 247                 | 100          |          | 11,0             | 6,9     | 3,1          | 110,0                         |
| 2004                 | 513          | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513                | 180          |          | 4,8              | 5,1     | 47,3         | 254,5                         |
| 2004                 | 631          | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК № 631              | 200          |          | 0,2              | 0,2     | 14,5         | 60,8                          |
|                      | 6            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 60           |          | 4,5              | 0,4     | 29,2         | 137,8                         |
|                      | 7            | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                               | 60           |          | 3,9              | 0,5     | 24,6         | 118,7                         |
| Итого за прием пищи: |              |                                               |              |          | 27,8             | 17,5    | 136,9        | 812,9                         |
| Всего за день:       |              |                                               |              | 168,89 Р | 42,5             | 25,0    | 242,5        | 1 356,9                       |