

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

ООО "СОЮЗ-К" Утверждаю:

17.06.25

10 день

Согласовано: *В.В. Мещеряков*

| Сборник рецептур     | Инвентарный номер | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                   |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |                   |                                                  |              |                  |         |             |                               |
| 2004                 | 302               | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101    | 200          | 7,1              | 5,7     | 32,6        | 210,0                         |
| 2011                 | 338               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                      | 150          | 0,6              | 0,6     | 14,3        | 68,4                          |
| 2011                 | 392               | ЧАЙ С САХАРОМ №392                               | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                          |
|                      | 6                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          |
| Итого за прием пищи: |                   |                                                  |              | 10,8             | 6,5     | 77,2        | 413,6                         |
| Обед                 |                   |                                                  |              |                  |         |             |                               |
|                      | 2                 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                                  | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          |
| 2011                 | 87                | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47         | 200          | 1,5              | 3,5     | 7,6         | 68,8                          |
| 2004                 | 455               | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК №455 | 90           | 8,0              | 7,9     | 12,1        | 151,2                         |
| 2004                 | 516               | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516         | 150          | 5,5              | 4,3     | 34,0        | 196,8                         |
| 2004                 | 639               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639              | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,3                          |
|                      | 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: |                   |                                                  |              | 21,8             | 16,4    | 115,2       | 696,6                         |
| Всего за день:       |                   |                                                  |              | 32,6             | 22,9    | 192,4       | 1 110,2                       |

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

ООО "СОЮЗ-К" Утверждаю:

17.06.25

10 день

Согласовано: *В.В. Мещеряков*

| Сборник рецептур     | Инв. № | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|--------|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |        |                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |        |                                                   |              |                  |         |             |                               |
| 2004                 | 302    | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВсяная с маслом ТК №101     | 250          | 9,3              | 7,1     | 41,8        | 267,1                         |
| 2011                 | 338    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                       | 150          | 0,6              | 0,6     | 14,3        | 68,4                          |
| 2011                 | 392    | ЧАЙ с САХАРОМ №392                                | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                          |
|                      | 6      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          |
| Итого за прием пищи: |        |                                                   |              | 13,0             | 7,9     | 86,4        | 470,7                         |
| Обед                 |        |                                                   |              |                  |         |             |                               |
|                      | 2      | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                                   | 100          | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          |
| 2011                 | 87     | ЩИ из СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с КАРТОФЕЛЕМ ТК №47          | 250          | 1,9              | 4,1     | 9,5         | 82,6                          |
| 2004                 | 455    | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ с БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК №455 | 100          | 9,0              | 9,4     | 13,6        | 175,3                         |
| 2004                 | 516    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516          | 180          | 6,7              | 5,3     | 40,7        | 236,2                         |
| 2004                 | 639    | КОМПОТ из СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639               | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,3                          |
|                      | 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: |        |                                                   |              | 27,9             | 19,8    | 146,5       | 875,6                         |
| Всего за день:       |        |                                                   |              | 40,9             | 27,7    | 232,9       | 1 346,3                       |