

Утверждаю:
Организатор питания

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Общественная средняя общеобразовательная школа № 10»

Согласовано: _____

возрастная группа 7-11 лет

30 марта 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход в грамма	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	Цена
1 день							
Завтрак							
М 2011г №181	Каша молочная из манной крупы	250	7,20	9,20	44,00	287,00	43,31
М 2011г №15	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,32	2,95	0,00	36,00	10,00
М 2011г №14	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,20	0,10	75,00	13,00
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
М 2011г №382	Какао с молоком	200	3,30	3,20	18,50	115,00	13,94
М 2011г №338	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,00	11,30	47,00	14,00
Обед							
С 2022г 54-13з	Салат из свеклы отварной	100	1,50	4,40	9,00	83,00	18,33
С 2004г №124.	Щи из свежей капусты с картофелем (с курицей)	250/25	5,60	6,95	9,30	123,00	29,66
С 2004г №443	Плов с мясом	200	22,20	17,90	34,70	388,00	126,00
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
т/к, таблица	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	4,76
С 2004г №631	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,80	98,00	9,10
пром.произв.	Мягкая вафля	40	3,00	9,00	23,00	190,00	35,00
	Итого	1535	56,96	63,56	238,68	1765,00	325,10

Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Директор

Согласовано:



Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания

возрастная группа 7-11 лет

31 марта 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
2 день							
Завтрак							
М 2011г №218	Вареники ленивые (отварные) со сметаной	200/20	19,80	20,90	31,70	394,00	102,00
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
М 2011г №15	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,09	4,60	0,00	60,00	10,00
М 2011г №14	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,20	0,10	75,00	13,00
М 2011г №376	Чай с сахаром	200	0,07	0,03	11,00	44,00	2,50
М 2011г №338	Фрукты свежие (сезонные)	100	1,50	0,50	21,10	95,00	14,00
Обед							
М 2011г №67	Винегрет овощной	100	1,60	10,00	8,30	130,00	15,12
М 2011г №103.	Суп картофельный с макаронными изделиями (с курицей)	250/25	7,60	6,00	21,90	172,00	27,40
С 2022г 54-10м	Котлета рыбная	100	14,10	2,50	8,60	114,00	54,89
М 2011г №312	Пюре картофельное	180	3,60	6,00	28,50	183,00	29,63
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
т/к, таблица	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	4,76
С 2004г №639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,70	113,00	8,80
пром.произв.	Мягкая вафля	40	3,00	9,00	23,00	190,00	35,00
Итого		1595	67,08	69,35	246,88	1893,00	325,10

Утверждаю:
Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Директор

Согласовано:



Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания

возрастная группа 7-11 лет

01 апреля 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	Цена
3 день							
Завтрак							
М 2011г №211	Омлет с сыром	150	14,50	20,70	2,40	254,00	67,25
т/к, таблица	Икра кабачковая	100	1,90	8,90	8,60	123,00	17,00
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
М 2011г №379	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	2,90	11,20	86,00	11,00
М 2011г №424	Булочка домашняя	100	6,80	10,90	58,60	359,00	24,00
М 2011г №389	Сок фруктовый т/п	200	1,00	0,00	23,40	98,00	35,00
Обед							
С 2004г №45	Салат из квашеной капусты	100	0,80	5,00	7,40	78,00	21,59
М 2011г №104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	7,60	5,60	19,90	161,00	48,39
С 2022г 54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,10	5,70	4,40	126,00	47,01
М 2011г №312	Макаронные изделия отварные с маслом	180	3,60	6,00	28,50	183,00	11,60
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
т/к, таблица	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	4,76
М 2011г №350	Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,12	0,10	27,49	111,00	9,50
пром.произв.	Конфета шоколадная	50	2,00	13,10	23,50	219,00	20,00
	Итого	1805	67,50	80,50	280,37	2121,00	325,10

Утверждаю:

Организатор питания ИП Антоненко А.А.



Директор

Согласовано:



Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания

возрастная группа 7-11 лет

02 апреля 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	Цена
4 день							
Завтрак							
М 2011г №223	Запеканка из творога со сметаной	160/20	17,60	21,70	22,70	357,00	81,69
М 2011г №15	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,09	4,60	0,00	60,00	10,00
М 2011г №14	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,20	0,10	75,00	13,00
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
М 2011г №382	Чай с молоком	200	2,96	2,60	15,08	96,00	11,00
М 2011г №338	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,90	0,20	8,10	38,00	14,00
Обед							
т/к, таблица	Овощи соленные в нарезке	100	0,80	0,10	1,70	13,00	22,00
М 2011г №102	Суп картофельный с бобовыми (гороховый) с курицей	250/25	10,50	5,80	21,50	178,00	23,84
С 2004г №454	Котлета по-хлыновски	100	19,60	18,40	9,60	282,00	72,11
М 2011г №143	Рагу овощное	180	2,80	11,00	17,50	180,00	20,60
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
т/к, таблица	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	4,76
С 2004г №631	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,60	98,00	9,10
пром.произв.	Мягкая вафля	40	3,00	9,00	23,00	190,00	35,00
	Итого	1555	73,69	83,36	207,86	1890,00	325,10

Утверждаю:
Организатор питания ИП Антоненко А.А.

Директор

Согласовано:



Меню завтраков и обедов для лагеря дневного пребывания

возрастная группа 7-11 лет

03 апреля 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал	Цена
5 день							
Завтрак							
С 2022Г 54-18м	Каша молочная рисовая	250	6,63	6,75	35,80	230,00	37,40
М 2011Г №14	Масло сливочное порционно	10	0,10	8,20	0,10	75,00	7,70
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,60	94,00	4,00
М 2011Г №382	Какао с молоком	200	3,30	3,20	18,50	115,00	13,94
М 2011Г №406	Пирожки с творогом	100	11,10	2,14	47,80	254,00	35,00
М 2011Г №338	Фрукты свежие (сезонные)	100	0,40	0,00	11,30	47,00	14,00
Обед							
С 2022Г 54-25.1	Салат из моркови и яблок	100	0,90	7,60	7,80	103,00	15,90
М 2011Г №82.	Борщ с капустой и картофелем (с курицей)	250/25	7,00	7,70	14,20	154,00	37,20
М 2011Г №260	Гуляш из говядины	100	15,80	13,10	9,40	218,00	86,35
М 2011Г №302	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,70	6,00	45,20	270,00	21,05
т/к, таблица	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,50	24,14	118,00	4,00
т/к, таблица	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	4,76
С 2004Г №639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,70	113,00	8,80
пром.произв.	Мягкая вафля	40	3,00	9,00	23,00	190,00	35,00
	Итого	1695	67,77	65,21	301,24	2068,00	325,10