СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ сош №313

В.Ю. Морозова

2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В

2026 г

Ежедневное меню для детей в возрасте от 7 до 11 лет в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

7 день 23 06 2026 г							
Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	
Завтрак							
Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)	200	2024	199	6,22	7,08	62,88	332,78
Чай с сахаром	200	2024	453	0,10	0,00	7,00	29,00
Бутерброд с сыром	25/15	2024	2	5,33	5,15	12,85	119,25
Яйцо отварное	40	2024	227	5,70	4,80	0,30	68,00
Печенье	30	2021	582	3,84	4,74	9,12	97,22
Итого за прием пищи:	**510**			**21,18**	**21,77**	**92,15**	**646,25**
Обед							
Салат витаминный (1-й вариант)	60	2024	41	0,72	3,12	6,54	57,00
Щи зеленые со шпинатом, говядиной и сметаной	200/10/5	2024	90	5,62	7,13	7,87	118,20
Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом	90/20	2024	299	13,56	13,54	45,72	255,81
Картофельное пюре	150	2024	360	3,10	4,60	20,00	134,00
Напиток из протертой клюквы	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
Батон обогащенный микронутриентами	80	2021	576	6,00	2,32	41,12	208,80
Итого за прием пищи:	**885**			**33,89**	**31,68**	**156,31**	**942,41**
Полдник							
Булочка "Веснушка"	60	2024	502	11,47	12,59	24,84	359,35
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Сок яблочно-абрикосовый в индивидуальной упаковке	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00
Итого за прием пищи:	**360**			**12,67**	**12,99**	**55,24**	**487,75**
Всего за день:	**1755**			**67,74**	**66,44**	**303,70**	**2076,41**

Заведующий производством