

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Генеральный директор АО "КСН "Парголово"

Камедип А.В.

2026 г.

2026 г.

Ежедневное меню для обеспечения питанием детей в возрасте от 12 до 18 лет в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

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	
<b>7 день 23.06.2026 г</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша «Ягтарная» (из пшена с яблоками)	250	2024	199	9,81	10,57	76,11	434,49
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>			<b>24,77</b>	<b>25,26</b>	<b>105,38</b>	<b>747,96</b>
<b>Обед</b>							
Салат витаминный (1-й вариант)	100	2024	41	1,20	5,20	9,90	95,00
Щи зеленые со шпинатом, говядиной и сметаной	250/10/5	2024	90	6,03	7,77	8,97	129,96
Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом	100/20	2024	299	15,67	14,52	46,69	275,88
Картофельное пюре	180	2024	360	3,72	5,52	24,00	160,80
Напиток из протертой клюквы	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	80	2021	575	5,44	1,04	31,84	158,40
Батон обогащенный микронутриентами	90	2021	576	6,75	2,61	46,26	234,90
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1035</b>			<b>38,94</b>	<b>36,72</b>	<b>174,86</b>	<b>1084,94</b>
<b>Полдник</b>							
Булочка "Веснушка"	70	2024	502	13,41	14,62	27,94	398,23
Яблоко свежее	150	2008	9,1	0,60	0,60	14,70	66,60
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>			<b>14,81</b>	<b>15,22</b>	<b>63,24</b>	<b>548,83</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>2015</b>			<b>78,52</b>	<b>77,20</b>	<b>343,48</b>	<b>2381,73</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_