

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

Согласовано  
Директор МБОУ Логовской СОШ  
Колосова Т.И.

ООО "ОПТИМА"

Утверждаю Капенкина Т.П.

11.06.2025

8 день

24.04.2025г

| Сборник рецептур     | № рецептур ы | Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|--------------|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|
|                      |              |                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод ы, г |                               |
| Завтрак              |              |                                     |              |                  |         |              |                               |
| 2011                 | 208          | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТК №208        | 200          | 13,6             | 5,3     | 38,8         | 256,9                         |
| 2011                 | 596          | СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) ТК № 596    | 30           | 2,3              | 4,9     | 13,8         | 108,4                         |
| 2011                 | 378          | ЧАЙ С МОЛОКОМ №378                  | 200          | 1,7              | 1,3     | 17,3         | 86,7                          |
|                      | 6            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3         | 114,8                         |
| Итого за прием пищи: |              |                                     |              | 21,3             | 11,8    | 94,2         | 566,8                         |
| Обед                 |              |                                     |              |                  |         |              |                               |
| 2017                 | 71           | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                      | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8          | 13,2                          |
| 2004                 | 149          | СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44      | 200          | 1,4              | 3,6     | 13,2         | 90,4                          |
| 2011                 | 294          | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТК №294  | 90           | 0,0              | 3,9     | 0,0          | 34,6                          |
| 2004                 | 302          | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №302 | 160          | 4,3              | 4,3     | 26,7         | 162,3                         |
| 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                          |
|                      | 7            | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                     | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5         | 79,2                          |
| Итого за прием пищи: |              |                                     |              | 11,9             | 12,5    | 88,5         | 514,9                         |
| Всего за день:       |              |                                     |              | 33,2             | 24,3    | 182,7        | 1 081,7                       |

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

| Сборник рецептур     | № рецептур ы | Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|--------------|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|
|                      |              |                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод ы, г |                               |
| Завтрак              |              |                                     |              |                  |         |              |                               |
| 2011                 | 208          | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ ТК №208        | 250          | 17,0             | 6,6     | 48,5         | 321,1                         |
| 2011                 | 596          | СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) ТК № 596    | 30           | 2,3              | 4,9     | 13,8         | 108,4                         |
| 2011                 | 378          | ЧАЙ С МОЛОКОМ №378                  | 200          | 1,7              | 1,3     | 17,3         | 86,7                          |
|                      | 6            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3         | 114,8                         |
| Итого за прием пищи: |              |                                     |              | 24,7             | 13,1    | 103,9        | 631,0                         |
| Обед                 |              |                                     |              |                  |         |              |                               |
| 2017                 | 71           | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                      | 100          | 1,0              | 0,2     | 2,9          | 22,0                          |
| 2004                 | 149          | СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТК №44       | 250          | 1,7              | 4,1     | 16,4         | 109,1                         |
| 2011                 | 294          | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТК №294  | 100          | 0,0              | 4,4     | 0,0          | 39,0                          |
| 2004                 | 302          | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №302 | 200          | 5,4              | 5,4     | 33,4         | 202,6                         |
| 2011                 | 392          | ЧАЙ С САХАРОМ №392                  | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8         | 43,3                          |
|                      | 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: |              |                                     |              | 16,6             | 15,0    | 117,3        | 672,5                         |
| Всего за день:       |              |                                     |              | 41,3             | 28,1    | 221,2        | 1 303,5                       |