



СОГЛАСОВАНО

Директор

2026 г.

02.06.2026

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

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 рецептов)	№ рецептуры или технологич еской карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	
7 день							
Завтрак							
Каша «Янтарная» (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
Итого за прием пищи:	560			24,77	25,26	105,38	747,96
Обед							
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
Итого за прием пищи:	1035			38,94	36,72	174,86	1084,94
Полдник							
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
Итого за прием пищи:	420			14,81	15,22	63,24	548,83
Всего за день:	2015			78,52	77,20	343,48	2381,73

Заведующий производством