



2026 г.

03.06.2026

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	
8 день							
Завтрак							
Макароны отварные с сыром	200/15	2024	223	21,63	24,44	69,90	588,18
Огурец свежий (порционно)	100	2024	385	0,82	0,09	2,55	14,55
Чай с сахаром и лимоном	200	2024	454	0,20	0,00	7,20	30,00
Бутерброд с джемом	25/20	2024	1	2,08	0,73	25,65	115,25
Итого за прием пищи:	560			24,72	25,26	105,30	747,98
Обед							
Салат из редиса с огурцами	100	2024	32	1,00	8,50	2,20	97,00
Суп овощной с птицей и сметаной	250/10/5	2024	100	4,38	6,97	10,29	121,20
Голубцы ленивые	280	2024	320	21,27	17,45	64,38	491,44
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
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:	1015			38,99	36,71	174,87	1184,94
Полдник							
Шарлотка с яблоками	80	2024	449	7,75	8,67	40,35	262,81
Абрикос свежий	150	2021	82	1,35	0,15	13,50	66,00
Молоко в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 3,2%	200	ТТК (осн. ТК № 468, 2021)	468/1	5,80	6,40	9,40	120,00
Итого за прием пищи:	430			14,90	15,22	63,25	448,81
Всего за день:	2005			78,61	77,19	343,42	2381,73

Заведующий производством