



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2026 г.

18.06.2026

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 технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	
<b>4 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша из пшена и риса жидкая молочная "Дружба" с яблоками	200	2024	203	15,16	16,36	65,95	470,74
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
Йогурт питьевой разливной, массовая доля жира 2,5%	200	2021	470	5,60	5,00	26,00	172,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>			<b>26,18</b>	<b>26,51</b>	<b>111,80</b>	<b>790,99</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свеклы отварной	100	2021	26	1,40	6,10	5,60	91,00
Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250/10	2024	105	5,18	4,92	18,94	141,20
Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	100/20	2024	262	15,85	16,46	31,22	327,64
Картофельное пюре	180	2024	360	3,72	5,52	24,00	160,80
Компот из смеси сухофруктов	200	2024	425	0,60	0,07	17,00	71,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	80	2021	575	5,44	1,04	31,84	158,40
Батон обогащенный микроулучшителями	90	2021	576	6,75	2,61	46,26	234,90
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1030</b>			<b>38,94</b>	<b>36,72</b>	<b>174,86</b>	<b>1184,94</b>
<b>Полдник</b>							
Булочка домашняя	70	2024	499	8,41	8,30	38,34	258,29
Груша свежая	150	2021	82	0,60	0,45	15,45	70,50
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>420</b>			<b>14,81</b>	<b>15,15</b>	<b>63,19</b>	<b>448,79</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>2090</b>			<b>79,93</b>	<b>78,38</b>	<b>349,85</b>	<b>2424,72</b>

Заведующий производством