



СОГЛАСОВАНО

И.о. директора ГБОУ школы № 683

Д.А. Денисов  
2026 г.

23.06.2026



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСИ "Парголово"

Камедин А.В.  
2026 г.

Ежедневное меню для детей в возрасте от 7 до 11 лет в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

7 день							
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>Завтрак</b>							
Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)	200	2024	199	6,22	7,08	62,88	332,78
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>510</b>			<b>21,18</b>	<b>21,77</b>	<b>92,15</b>	<b>646,25</b>
<b>Обед</b>							
Салат витаминный (1-й вариант)	60	2024	41	0,72	3,12	6,54	57,00
Щи зеленые со шпинатом, говядиной и сметаной	200/10/5	2024	90	5,62	7,13	7,87	118,20
Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом	90/20	2024	299	13,56	13,54	45,72	255,81
Картофельное пюре	150	2024	360	3,10	4,60	20,00	134,00
Напиток из протертой клюквы	200	2024	463	0,13	0,06	7,20	30,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
Батон обогащенный микроэлементами	80	2021	576	6,00	2,32	41,12	208,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>885</b>			<b>33,89</b>	<b>31,68</b>	<b>156,31</b>	<b>942,41</b>
<b>Полдник</b>							
Булочка "Веснушка"	60	2024	502	11,47	12,59	24,84	359,35
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40
Сок яблочно-абрикосовый в индивидуальной упаковке	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>			<b>12,67</b>	<b>12,99</b>	<b>55,24</b>	<b>487,75</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1755</b>			<b>67,74</b>	<b>66,44</b>	<b>303,70</b>	<b>2076,41</b>

Заведующий производством