

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На «4» августа 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
День 1			Белки	Жиры	Углеводы		
Понедельник							
Завтрак	КАША «ДРУЖБА»(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	200	5,1	6,4	26,9	185,9	25,17
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ(порциями)(промышленное производство)	18	4,2	5,3	0	64,4	16,90
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)(промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1	5,10
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофей- ный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20,00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7	5,40
	Итого за завтрак:	518	19,5	18,9	83,2	581,1	78,1
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	8,08
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными (картофель, морковь, лук репч., масло раст., фарш рыбн., яйца, соль)	200	1,9	6,4	14,9	124,4	25,56
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (мясо 1 кат., лук репчатый, хлеб пш., вода, сухари паниров., масло раст., соль)	110	14,4	13,6	17,7	250,6	81,20
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант) (картофель, капуста б/к, морковь, лук репч., томатное пюре, мука пш., соль)	180	3,4	5	16,8	121,5	28,80
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, ли- монная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,60
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49	15,46
	Итого за обед:	920	26,9	26,3	111,9	791,5	172,6
Дети 12 лет и старше							
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
День 1			Белки	Жиры	Углеводы		
Понедельник							
Завтрак	КАША «ДРУЖБА»(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	230	5,8	7,4	31	213,9	28,95
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ(порциями)(промышленное производство)	21	5	6,2	0	75,2	19,69
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)(промышленное производство)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	8,17
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофей- ный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20,00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7	5,40
	Итого за завтрак:	564	21,9	23,1	92,2	663,1	88,85
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	100	0,7	0,1	1,9	11	13,47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными (картофель, морковь, лук репч., масло раст., фарш рыбн., яйца, соль)	280	2,7	8,9	20,8	174,1	35,78
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (мясо 1 кат., лук репчатый, хлеб пш., вода, сухари паниров., масло раст., соль)	120	15,7	14,8	19,3	273,4	95,58
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант) (картофель, капуста б/к, морковь, лук репч., томатное пюре, мука пш., соль)	210	4	5,9	19,6	141,8	38,65
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, ли- монная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	4,80
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49	15,46
	Итого за обед:	1100	31,5	31,1	131,9	932,7	214,74

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Д.Н. Карасев

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 5 августа 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
День 2			Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал	
вторник							
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	60	1,7	2,2	3	38,3	14,77
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	180	8,4	12,9	12,5	199,9	61,47
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	19,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	11,7
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8	5,5
Итого за завтрак:		630	19,8	19,9	86,3	602,4	120,62
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсолн., соль)	70	1,1	4,3	6,4	68,6	12,39
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолн., соль)	250	6,3	3,6	14,6	115,8	22,16
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	9,5	9	12	166,5	48,3
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)	180	3,8	9,2	28,7	207,8	18,96
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
Итого за обед:		880	27,1	27,1	113,6	800,1	131,14
Дети 12 лет и старше							
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
День 2			Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал	
вторник							
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	100	2,9	3,6	5	63,8	24,61
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	200	9,4	14,3	13,8	222,2	68,28
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	19,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	11,7
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	25	0,7	0,8	19,3	88,5	6,9
Итого за завтрак:		705	22,9	22,9	98,3	691,3	139,77
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсолн., соль)	100	1,5	6,1	9,1	98	17,65
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолн., соль)	270	6,8	3,9	15,8	125	23,93
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	10,4	9,8	13,1	181,6	57,7
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)	210	4,5	10,8	33,5	242,4	25,12
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
Итого за обед:		980	30,4	31,7	128,3	911,8	154,83

* - допускается выдача иных фруктов.

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

08.08.21
В.М. Карамышев

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 6 » августа 2025 год.

Неделя 1		Дети 7-11 лет					
День 3	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
среда			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйцо куриное)	40	5	4,5	0,3	61,3	18
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко 2,5%, крупа манная, масло сл., сахар, соль)	200	6,2	6,6	31,2	209	20,04
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	8,17
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	8	1,9	2,4	0	28,6	7,5
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	2,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,2
Итого за завтрак:		541	20,1	20,3	79,7	580,9	65,92
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунт., масло подсол., соль)	60	0,4	3,6	1,1	38,4	8,62
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшенной (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, масло подсол., соль)	250	2	2,7	12,1	85,8	20,9
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., томатное пюре, мука пш.)	230	15,3	20,1	34,3	379,5	110,5
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	55	4,4	0,8	22,1	113,3	6,6
Итого за обед:		845	26,9	27,8	114,4	820	173,45
Неделя 1		Дети 12 лет и старше					
День 3	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
среда			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйцо куриное)	40	5	4,5	0,3	61,3	18
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко 2,5%, крупа манная, масло сл., сахар, соль)	250	7,8	8,2	39,1	261,2	25,04
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,2
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,3	3	0	35,8	9,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	2,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,2
Итого за завтрак:		605	22,9	24,1	92,5	676,9	75,96
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунт., масло подсол., соль)	100	0,7	6	1,8	64	14,37
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшенной (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, масло подсол., соль)	300	2,4	3,3	14,5	102,9	25,08
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсол., томатное пюре, мука пш.)	260	17,3	22,8	38,8	429,3	134,91
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	60	4,8	0,9	24,1	123,6	7,2
Итого за обед:		980	30,8	33,7	128,9	946,2	209,5

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

В.П. Каргаскин

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 7 » августа 2025 год.

Неделя 1		Дети 7-11 лет					
День 4	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
четверг			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (помидоры грунт., масло подс.)	80	0,9	4,9	2,8	60,7	11,33
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ с рисом (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подс., соль)	180	12,5	13,9	29,8	294,5	96,93
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,43
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, сахар)	75	0,3	0,2	15	63	11,86
Итого за завтрак:		595	18,5	19,7	84,6	591	128,38
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами (морковь, изюм, масло подс., сахар)	60	0,7	3,7	9,7	75,1	16,63
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	230	2,3	3,5	10,2	82,1	20,64
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	100	12	16,2	6,5	219,7	75,1
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	160	4,2	3,4	24,6	145,9	7,86
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	4,8
	Итого за обед:	840	26,8	27,9	111,7	806,2	136,03
Неделя 1		Дети 12 лет и старше					
День 4	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
четверг			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (помидоры грунт., масло подс.)	100	1,1	6,2	3,5	75,8	14,17
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ с рисом (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза консерв., вода, масло подс., соль)	220	15,3	17	36,4	359,8	119,77
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,43
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, сахар)	75	0,3	0,2	15	63	11,86
Итого за завтрак:		655	21,5	24,1	91,9	671,4	154,06
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами (морковь, изюм, масло подс., сахар)	100	1,2	6,1	16,2	125,1	27,71
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	280	2,8	4,3	12,5	100	25,13
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	110	13,2	17,8	7,2	241,7	82,61
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	200	5,2	4,3	30,7	182,1	10,94
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,2
	Итого за обед:	985	30,4	33,6	130,2	945,4	162,7

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 8 » августа 2025 год.

Дети 7-11 лет						
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
День 5 пятница			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)	150	12	12	35,6	300,1
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	20	1,4	1,7	11,1	65,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200	1,6	1,3	11,5	64
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		515	18,5	19,5	85,9	594,6
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,4	0,1	1,1	6,6
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	12,6	15,2	15,6	249,7
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	180	5	7	28,6	197
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за обед:		880	27,9	27,9	113,1	813,7
Дети 12 лет и старше						
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
День 5 пятница			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)	200	16	16	47,4	400,1
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	25	1,8	2,1	13,9	81,8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200	1,6	1,3	11,5	64
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		570	22,9	23,9	100,5	711
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	100	0,7	0,1	1,9	11
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	300	2,2	5,3	8,3	90,1
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	120	15,1	18,3	18,7	299,7
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	210	5,8	8,1	33,4	229,8
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за обед:		1030	32,6	33,1	128	939,4

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 11 » августа 2025 год.

Неделя 2		Дети 7-11 лет					
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Питательные вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар, масло сл., соль)	200	5	6,3	31	200,6	29,54
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)(промышленное производство)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	8,17
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	14,1
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	19,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,2
	Итого за завтрак:	508	18,5	20,3	83,5	590,3	80,69
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсолн., соль)	70	1,1	4,3	6,4	68,7	12,39
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ (картофель, морковь, мак.изд., лук репч., масло подсолн., том.паста, вода, соль)	200	2,3	3,3	9,8	78,2	13,6
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	110	14,1	4,5	6,5	124,3	52,65
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)	200	4,4	13,1	32,8	266,7	17,66
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47	15,46
	Итого за обед:	940	27,9	26,3	113,7	805,7	139,89
Неделя 2		Дети 12 лет и старше					
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Питательные вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко 2,5%, крупа рисовая, сахар, масло сл., соль)	230	5,7	7,2	35,7	230,8	33,97
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)(промышленное производство)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	8,17
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)(промышленное производство)	20	4,6	5,9	0	71,6	18,8
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	19,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7	5,4
	Итого за завтрак:	563	21,9	23	97,1	682,4	92,13
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсолн., соль)	110	1,7	6,7	10	107,9	19,52
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ (картофель, морковь, мак.изд., лук репч., масло подсолн., том.паста, вода, соль)	250	2,9	4,2	12,2	97,8	17
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	120	15,4	4,9	7,1	135,6	62,44
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)	210	4,6	13,7	34,4	279,4	18,55
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	120	0,5	0,4	12,4	56,4	18,55
	Итого за обед:	1080	31,5	30,9	128	918,5	165,39

* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

В.Н. Карамышев

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 12 » августа 2025 год.

Неделя 2		Дети 7-11 лет					
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
вторник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек консерв., яблоки, лук репч., масло подсолн. соль)	60	0,9	3,7	4,6	55,2	18,61
	ПЛОВ ИЗ мяса (свинина 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подсолн., соль)	180	12,5	14,5	29,7	299,1	100,8
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	2,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	4,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,2
Итого за завтрак:		520	19,9	19,2	79,9	571,7	131,07
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (огурцы грунт, помидоры грунт., лук репч., масло подсолн., соль)	60	0,6	3,7	2,1	43,9	8,62
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	230	1,7	4,1	6,4	69	23,37
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсолн., соль)	100	13,1	14,6	27,1	292,3	72,54
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,7	3,9	27,7	164,5	8,84
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	46	16,01
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,2
Итого за обед:		855	26,8	27,3	113	804,8	139,11
Неделя 2		Дети 12 лет и старше					
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
вторник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек консерв., яблоки, лук репч., масло подсолн. соль)	100	1,5	6,2	7,6	92	31,01
	ПЛОВ ИЗ мяса (свинина 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подсолн., соль)	210	14,6	16,8	34,6	348,9	118,94
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	2,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	4,8
	Итого за завтрак:	600	23,4	24,1	92,3	680,3	162,76
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (огурцы грунт, помидоры грунт., лук репч., масло подсолн., соль)	100	1	6,1	3,5	73,1	14,37
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75,1	25,4
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подсолн., соль)	120	15,7	17,6	32,5	350,8	87,05
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,7	3,9	27,7	164,5	8,84
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	46	16,01
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7	5,4
	Итого за обед:	955	31,6	33,3	129,3	942,6	163,71

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На «13 августа» 2025 год.

Неделя 2		Дети 7-11 лет					
День 3	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
среда			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1	5,1
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями) (промышленное производство)	5	1,2	1,5	0	17,9	4,7
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолн., мука пш.)	150	12	12	35,6	300,1	49,04
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	17	1,2	1,4	9,4	55,6	3,37
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	3,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	11,7
Итого за завтрак:		527	18,9	19,5	87	600,1	81
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, масло подсолн., лимонная)	60	0,7	3,1	3,3	43,8	14,35
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подсолн., соль)	250	2,5	3,9	11,1	89,3	22,23
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	230	15,3	20,2	34,3	380,1	110,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7	5,4
	Итого за обед:		835	26,5	28,4	111,4	806,9
Неделя 2		Дети 12 лет и старше					
День 3	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
среда			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1	5,1
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями) (промышленное производство)	5	1,2	1,5	0	17,9	4,7
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолн., мука пш.)	200	16	16	47,4	400,1	73,45
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	20	1,4	1,7	11,1	65,4	3,96
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,37
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	3,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	11,7
Итого за завтрак:		580	23,1	23,8	100,5	709,9	106
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, масло подсолн., лимонная)	100	1,2	5,1	5,5	73	23,92
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подсолн., соль)	280	2,8	4,3	12,5	100	25,13
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	260	17,4	22,8	38,8	429,9	134,91
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	60	4,6	0,5	29,5	140,4	6,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	55	4,4	0,8	22,1	113,3	6,6
	Итого за обед:		955	31	33,6	128,5	940,6

* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 14 » августа 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 2							
День 4	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
четверг			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, томат.паста, лук репч., масло подсолн., сахар, лим.к-та, соль)	60	0,9	2,2	5,1	43,2	13,07
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (куры 1 кат, хлеб пш., молоко 2,5%, масло сл, сыр, сметана, соль)	90	8,6	11,4	8,8	171,9	50,6
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	9,1
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	3,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	Итого за завтрак:	550	19,7	19,4	84,6	589	89,85
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,4	0,1	1,1	6,6	8,08
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (вода, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло подсол., соль)	200	1,2	3,6	3	49,4	23,28
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (минтай, морковь, лук репч., томатное пюре, масло подсол., сахар, лим.к-та, соль)	120	14,2	14,1	9	219,9	75,9
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)	150	3,2	7,7	23,9	173,2	15,74
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8	5,5
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47	15,46
Итого за обед:		920	26,4	27,5	114,7	808,3	173,29
Дети 12 лет и старше							
Неделя 2							
День 4	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
четверг			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, томат.паста, лук репч., масло подсолн., сахар, лим.к-та, соль)	100	1,5	3,6	8,5	72	21,78
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (куры 1 кат, хлеб пш., молоко 2,5%, масло сл, сыр, сметана, соль)	100	9,5	12,6	9,7	191	56,22
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	14,92
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	Итого за завтрак:	640	23	23	99,7	697,2	111,11
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	100	0,7	0,1	1,9	11	13,47
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (вода, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло подсол., соль)	250	1,6	4,5	3,8	61,8	29,1
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (минтай, морковь, лук репч., томатное пюре, масло подсол., сахар, лим.к-та, соль)	120	14,2	14,1	9	219,9	75,9
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)	220	4,7	11,3	35,1	254	25,95
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	4,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	4,8
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	28	0,8	0,9	21,6	99,1	7,7
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47	15,46
Итого за обед:		1103	30	32,4	140	966,5	198,66

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 15 августа » 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 2							
День 5							
пятница							
Завтрак	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы		
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	60	1,7	2,2	3	38,3	14,77
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	190	8,9	13,6	13,2	211,1	64,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофей- ный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9	3,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	3
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8	5,5
Итого за завтрак:		630	19,5	20	82,1	590,6	127,5
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подс., соль)	80	1,1	4,9	6,1	72,9	13,29
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	230	5,8	3,3	13,4	106,5	20,39
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	110	11,1	13,2	14,5	221,3	83,54
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	170	4,6	4,5	28,4	172,2	5,47
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,0	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2,0	0,4	10	51,5	3
Итого за обед:		855	28,16	26,7	112,32	802	135,59
Дети 12 лет и старше							
Неделя 2							
День 5							
пятница							
Завтрак	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы		
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	100	2,9	3,6	5	63,8	24,61
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко, масло сл., соль)	200	9,4	14,3	13,8	222,2	68,28
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофей- ный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	55	4,2	0,4	27,1	128,7	6,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	22	0,6	0,7	17	77,9	6,05
Итого за завтрак:		727	23,3	22,4	100	701,2	147,18
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подс., соль)	100	1,4	6,1	7,6	91,1	16,61
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	280	7,1	4	16,4	129,7	24,82
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	120	12,1	14,4	15,9	241,4	91,13
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	200	5,5	5,2	33,4	202,2	8,43
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
Итого за обед:		980	32,9	30,7	130	927,2	155,59

* - допускается выдача иных фруктов.

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

Решение 41

В.И. Карасаскин

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На «18 августа» 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 3							
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная, молоко 2,5%, масло сл.)	190	7,8	6,1	35,1	227,9	22,59
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,2
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями) (промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9,4
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	19,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	11,7
Итого за завтрак:		570	18,5	20,3	86,46	602,6	79,87
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами (морковь, изюм, масло подсол., сахар)	65	0,8	4	10,6	81,5	18,08
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсол., мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64	14,8
	МЯСО ТУШЕНОЕ (свинина 1 кат, морковь, лук репч., масло подсол., томатное пюре, мука пш., соль)	120	12,7	17	4,1	221,1	90,12
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода, масло слив.)	165	4,8	4	32	147,7	4,76
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49	15,46
Итого за обед:		910	26,8	28,9	111,7	784,1	171,35
Дети 12 лет и старше							
Неделя 3							
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная, молоко 2,5%, масло сл.)	230	9,4	7,4	42,5	275,9	25,98
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,2
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями) (промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	14,1
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	19,15
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	4,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	14,04
Итого за завтрак:		640	21,8	23,2	98,26	689	90,85
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами (морковь, изюм, масло подсол., сахар)	100	1,2	6,1	16,3	125,4	27,84
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсол., мука пш., яйца, вода, соль)	280	3	3,9	10,5	89,7	20,72
	МЯСО ТУШЕНОЕ (свинина 1 кат, морковь, лук репч., масло подсол., томатное пюре, мука пш., соль)	120	12,7	17	4,1	221,1	90,12
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода, масло слив.)	200	5,8	4,8	38,8	179,1	6,76
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	2,38
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49	15,46
Итого за обед:		1075	30,3	33,1	134,1	918,8	190,11

* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

В.В. Каркасов

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На «19 августа» 2025 год.

Неделя 3	Дети 7-11 лет						
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
вторник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	8,08
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9,4
	ЭРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (свинина 1 кат., хлеб пш., вода, лук репч., сухари панир., масло подсол., петрушка, сметана, мука пш.)	100	8,6	12,1	8,5	199	78,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	150	2,2	4,4	25,5	150	5,75
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
Итого за завтрак:		580	19,1	20,4	83	612,2	129,66
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсол., соль)	80	1,2	4,9	7,3	78,4	14,15
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшенной (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, масло подсол., соль)	250	2	2,7	12,1	85,8	20,9
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (минтай, морковь, лук репч., томатное пюре, масло подсол., сахар, лим.к-та, соль)	120	14,2	14,1	9	219,9	75,9
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (рис, вода, масло сл., соль)	180	2,7	3,8	28,3	156,4	5,42
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	100	0,4	0,3	10,3	47	15,46
Итого за обед:		990	25,8	26,7	113	800,3	150,02
Неделя 3	Дети 12 лет и старше						
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
вторник			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	100	0,7	0,1	1,9	11	13,47
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	35,8	9,4
	ЭРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (свинина 1 кат., хлеб пш., вода, лук репч., сухари панир., масло подсол., петрушка, сметана, мука пш.)	110	9,4	13,3	9,4	218,9	86,13
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	200	2,9	5,9	34	200,1	7,69
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
Итого за завтрак:		690	21,7	23,3	97,2	707,2	146,02
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подсол., соль)	120	1,8	7,3	10,9	117,6	21,28
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшенной (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, масло подсол., соль)	290	2,3	3,1	14,1	99,5	24,24
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (минтай, морковь, лук репч., томатное пюре, масло подсол., сахар, лим.к-та, соль)	120	14,2	14,1	9	219,9	75,9
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (рис, вода, масло сл., соль)	210	3,2	4,4	33	182,3	6,3
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,36
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7	5,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)*	120	0,5	0,4	12,4	56,4	18,55
Итого за обед:		1155	30,1	30,7	140,3	963,4	168,56

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам сбалансированного питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На « 20 » августа 2025 год.

Дети 7-11 лет						
Неделя 3						
День 3						
среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)	150	12	12	35,6	300,1
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	20	1,4	1,7	11,1	65,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200	1,6	1,3	11,5	64
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		515	18,5	19,5	85,9	594,6
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,4	0,1	1,1	6,6
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	12,6	15,2	15,6	249,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	180	5	7	28,6	197
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4
Итого за обед:		880	27,9	27,9	113,1	813,7
Дети 12 лет и старше						
Неделя 3						
День 3						
среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, сахар, яйца, масло подсолнечное, мука пш.)	200	16	16	47,4	400,1
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	25	1,8	2,1	13,9	81,8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200	1,6	1,3	11,5	64
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за завтрак:		570	22,9	23,9	100,5	711
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	100	0,7	0,1	1,9	11
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	300	2,2	5,3	8,3	90,1
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	120	15,1	18,3	18,7	299,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек консерв., масло сл., соль)	220	6,1	8,5	35	240,8
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	55	4,2	0,4	27,1	128,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	45	3,6	0,7	18	92,7
Итого за обед:		1040	32,9	33,5	129,2	949

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

Д.В. Карсисский

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На 4 августа 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 3							
День 4							
четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, томат.паста, лук репч., масло подсолн., сахар, лим.к-та, соль)	60	0,9	2,2	5,1	43,2	13,07
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (куры 1 кат, хлеб пш., молоко 2,5%, масло сл, сыр, сметана, соль)	90	8,6	11,4	8,8	171,9	50,6
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	9,1
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	3,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	Итого за завтрак:	550	20	19,3	86,5	597	99,79
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (помидоры грунт., масло подс.)	60	0,7	3,7	2,1	45,5	8,5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	230	5,8	3,3	13,4	106,5	20,39
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	220	14,7	19,2	33,8	362,9	105,7
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	8,01
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	12,3	58,5	2,77
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	15	0,4	0,5	11,6	53,1	4,13
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49	15,46
Итого за обед:		870	26,1	27,7	114,6	814,7	167,36
Дети 12 лет и старше							
Неделя 3							
День 4							
четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, томат.паста, лук репч., масло подсолн., сахар, лим.к-та, соль)	100	1,5	3,6	8,5	72	21,78
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (куры 1 кат, хлеб пш., молоко 2,5%, масло сл, сыр, сметана, соль)	100	9,5	12,6	9,7	191	56,22
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	14,92
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	21,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9	3,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	2,4
	Итого за завтрак:	635	23	22,9	99,1	693,5	120,49
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (помидоры грунт., масло подс.)	100	1,1	6,2	3,5	75,8	14,16
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	260	6,6	3,7	15,2	120,3	23,05
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	230	15,4	20,1	35,3	379,5	110,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	8,01
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9	3,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,6
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	30	0,8	1	23,2	106,2	8,26
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,6	49	15,46
Итого за обед:		985	30	32,3	139,8	972,5	186,91

* - допускается выдача иных фруктов.

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам сбалансированного питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

М.В.Корсаков

Ежедневное меню основного (организованного) питания детей в лагере дневного пребывания

На «22 августа» 2025 год.

Дети 7-11 лет							
Неделя 3	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
День 5 пятница			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША «ДРУЖБА»(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	200	5,1	6,4	26,9	185,9	25,17
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ(порциями)(промышленное производство)	22	5,2	6,5	0	78,8	20,63
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)(промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1	3,00
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофей- ный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20,00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,60
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	0,4	0,5	11,6	53,1	4,13
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	512	18,94	20,3	83,9	594,3	80,96
Итого за завтрак:		60	0,4	3,6	1,1	38,4	8,62
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунт., масло подс., соль)	230	2,7	3,8	11,2	90	15,64
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ (картофель, морковь, мак.изд., лук репч., масло подс., том.паста, вода, соль)	100	10,1	12	13,2	201,2	75,95
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	170	4,6	6,8	9,9	119	15,65
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, ли- монная к-та)	40	3	0,3	19,7	93,6	4,43
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	3,60
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	80	3,4	2	24,9	132,9	26,61
	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ (яблоки, творог, яйцо, сахар)	910	27,2	29,1	112,1	820,9	155,97
Итого за обед:							
Дети 12 лет и старше							
Неделя 3	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
День 5 пятница			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	КАША «ДРУЖБА»(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	220	5,6	7,1	29,6	204,7	27,69
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ(порциями)(промышленное производство)	27	6,4	8	0	96,7	25,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)(промышленное производство)	5	0	3,6	0,1	33,1	5,10
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофей- ный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20,00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,7	0,3	17,2	81,9	3,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	4,80
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	0,8	1	23,2	106,2	8,26
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	557	21,5	23,1	99,7	693	95,03
Итого за завтрак:		100	0,7	6	1,8	64	14,37
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунт., масло подс., соль)	250	2,9	4,2	12,2	97,8	17,00
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ (картофель, морковь, мак.изд., лук репч., масло подс., том.паста, вода, соль)	100	10,1	12	13,2	201,2	75,95
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (мясо 1 кат., хлеб пш., молоко 2,5%, сухари панир., масло подс.)	200	5,4	8	11,6	140,1	18,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	200	0,6	0,1	20,1	84	5,47
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, ли- монная к-та)	50	3,8	0,4	24,6	117	5,53
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	4,20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	100	4,3	2,5	30,2	162,7	33,47
	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ (яблоки, творог, яйцо, сахар)	1035	30,6	33,7	127,7	938,9	174,42
Итого за обед:							

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.