

Утверждаю
и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-инте
Н.В. Ерохина

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании
17 июня 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	590	16,7	15,6	87,5	445,2	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	700					23,1
Всего за день:		39,8	40,1	185,1	1 178,7	

Утверждаю

Утверждаю
и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"
Ерохина Н.В.

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании
17 июня 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ГТК
	150					Сборник рецептов или ГТК
	200					Сборник рецептов или ГТК
	40					Сборник рецептов или ГТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	640	19,6	19,2	96,6	494,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ГТК
	250					Сборник рецептов или ГТК
	200					Сборник рецептов или ГТК
	200					Сборник рецептов или ГТК
	60					Сборник рецептов или ГТК
	60					Сборник рецептов или ГТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	870	31,0	32,2	119,6	933,6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ		50,5	51,4	216,2	1 428,4	
Итого за прием пищи:						
Всего за день:						