

Утверждаю
и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-инте

Ерохина Н.В.

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании
20 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 МАННАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	519	21,3	18,3	78,6	477,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200					Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	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	25,6	27,1	100,5	772,2	
Всего за день:		46,9	45,4	179,1	1 249,9	

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

20 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 МАННАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	569	23,8	21,2	87,5	526,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250					Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	34,0	35,8	123,1	982,5	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		57,8	57,0	210,6	1 509,2	