

Утверждаю
и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"
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
24 июня 2025 г.

24 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 РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	519	18,9	15,8	69,5	430,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (перловая)	200					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	700	23,5	27,7	114,8	864,2	
Всего за день:		42,4	43,5	184,3	1 294,5	

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

24 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 РИСОВАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептов или ТТК
чай с САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	569	21,2	18,4	77,4	478,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (перловая)	250					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	31,1	32,3	133,3	1 017,7	
Всего за день:		52,3	50,7	210,7	1 496,0	