

"Согласовано"

Директор



**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник)
для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском
оздоровительном лагере с дневным пребыванием**

" 25 " 03 2025 г

7 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/30	21,80	19,60	56,90	437,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
ТТК	1	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			520	25,80	20,90	92,50	611,70
Обед							
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	6,10	9,60	4,70	128,40
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,70	4,80	6,20	98,70
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	15,60	12,00	20,50	272,50
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,60	3,70	14,60	93,80
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	13,90	56,90
Итого за прием пищи:			850	35,00	32,00	108,90	890,10
Полдник							
2008	473	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	100	6,50	8,00	55,80	289,30
2016	420	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за прием пищи:			300	12,30	13,00	63,80	395,30
Всего за день:				73,10	65,90	265,20	1 897,10

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"

Директор



**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник)
для обеспечения питанием детей и подростков (12-18 лет) в детском
оздоровительном лагере с дневным пребыванием**

" 25 " 03 2025 г

7 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/30	21,80	19,60	56,90	437,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,30	0,00	7,60	32,00
ТТК	1	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			545	25,90	20,90	93,20	614,80
Обед							
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	120	9,50	11,30	4,70	161,60
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,60	11,80	7,70	123,40
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	15,60	12,00	20,50	272,50
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ)	180	3,10	4,40	17,50	112,60
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	4,50	1,60	31,80	160,80
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,10	0,10	15,50	63,20
Итого за прием пищи:			1010	42,60	42,10	134,70	1 070,90
Полдник							
2008	473	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	100	6,50	8,00	55,80	289,30
2016	420	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ТТК	102/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,40	0,00	8,00	34,00
Итого за прием пищи:			505	12,70	13,00	71,80	429,30
Всего за день:				81,20	76,00	299,70	2 115,00

Зав.производством:

Калькулятор:

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

ГБОУ школа №25
 Кировского района Санкт-Петербург
 "Согласовано"
 Управление дошкольного образования
 Адрес: 197136, Санкт-Петербург
 Социальный пр., д.2, лит. А (пом. 3-1)

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

" 25 " марта 2025 г

7 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 118	118/2	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	3,89	5,90	28,51	171,12
ТТК № 13	13/2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ТТК № 97	97/2	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,00	2,50	15,20	98,80
Итого за прием пищи:			400	8,49	8,94	68,63	377,52
II Завтрак							
ТТК № 73	73/2	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00
Обед							
ТТК № 20	20/2	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,84	6,06	3,96	73,80
ТТК № 84	84/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	200	4,54	2,71	16,48	110,63
ТТК № 43	43/2	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,64	3,89	14,46	141,00
ТТК № 148	148/2	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,78	4,43	22,88	109,31
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 40	40/4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,14	0,11	9,70	40,86
Итого за прием пищи:			720	22,04	18,18	96,60	617,60
Полдник							
ТТК № 78	78/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150	16,42	16,01	18,95	253,50
ТТК № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
Итого за прием пищи:			337	16,58	16,02	25,36	281,06
Всего за день:				52,33	47,64	198,15	1 368,18

Зав.производством:

Калькулятор: