

"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**

"26" 03 2025 г

8 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,90	9,50	1,50	123,70
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2013	654	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,80	1,00	10,20	57,50
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	160	4,50	4,00	17,60	128,00
Итого за прием пищи:			610	20,30	20,10	68,80	548,30
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	10,30	2,40	14,60	124,30
2017	269	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	120	15,20	13,30	17,60	262,30
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	180	3,60	5,90	34,10	220,70
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
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			990	41,00	29,20	176,30	1 168,10
Полдник							
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	60	4,20	7,80	43,80	264,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	5,00	9,60	108,00
ТТК	1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за прием пищи:			360	11,70	13,30	74,40	468,00
Всего за день:				73,00	62,60	319,50	2 184,40

Зав.производством:

Калькулятор:

"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**

" 26 " 03 2025 г

8 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2013	654	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	9,10	51,70
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			555	17,30	18,00	55,80	465,50
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,20	1,90	11,00	103,20
2017	269	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	120	15,20	13,30	17,60	262,30
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	184,20
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
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			870	35,50	27,00	147,20	1 012,70
Полдник							
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	5,00	9,60	108,00
ТТК	1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за прием пищи:			320	8,90	8,10	45,20	292,00
Всего за день:				61,70	53,10	248,20	1 770,20

Зав.производством:

Калькулятор:

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

ГБОУ школа №25
 Петроградского района Санкт-Петербур
 (отделение дошкольного образовани
 факт. адрес: 197136, Санкт-Петербур
 Левашовский пр., д.2, лит. А (дом 3-
 ИНН 7813131267

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

"26" сентября 2025 г

8 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 56	56/2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	9,15	12,50	5,02	198,35
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	30	0,86	1,09	1,51	18,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 44	44/3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,40	1,70	14,20	88,40
Итого за прием пищи:			400	13,91	15,83	31,33	358,35
II Завтрак							
ТТК № 38	38/2	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00
Обед							
ТТК 185	185/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,42	5,06	1,38	55,80
ТТК № 346	346/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ((С РИСОМ) С ПТИЦЕЙ)	200	4,86	5,02	13,32	139,56
ТТК № 11	11/4	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	75	8,04	8,48	10,81	164,25
ТТК № 158	158/2	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	1,78	5,98	15,11	108,26
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,95	0,33	13,89	66,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 48	48/2	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0,04	11,58	48,41
Итого за прием пищи:			705	18,73	25,45	76,69	636,18
Полдник							
ТТК № 63	63/1	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ (С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ)	50	2,80	2,40	17,00	108,70
ТТК № 113	113/7	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180	0,54	0,00	29,70	122,40
ТТК № 1	1/6	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			330	4,14	2,60	54,20	269,10
Всего за день:				42,00	48,38	169,42	1 353,63

Зав.производством:

Калькулятор: