



Согласовано  
Директор Школы №



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»

А.В.Усков



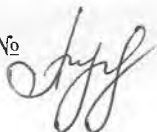
Комплексное питание для детей от 7 до 12 лет пришкольного лагеря

	Макаронные изделия отварные	180	4,3	7,4	42,3	264,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	28,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>836,0</b>	<b>28,2</b>	<b>26,1</b>	<b>120,9</b>	<b>820,0</b>	
<b>Четверг 19.06.2025</b>							
<b>Завтрак</b>	Котлета рыбная с соусом красным основным	100(60/40)	11,2	7,5	11,4	175,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	180	3,75	8,55	21,7	214,0	465/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Пряник	1/42	2,2	3,5	17,0	60,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>537,0</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>82,8</b>	<b>587,0</b>	
<b>Обед</b>	Гарнировка: огурец свежий	60	0,2	0,06	2,2	9,0	ТН
	Суп картофельный/рыбная консерва	200/20	7,4	8,0	30,3	163,0	133/2004 Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	12,4	0,2	198,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/3	5,8	6,9	43,9	261,0	463/1994, 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>787,0</b>	<b>26,1</b>	<b>27,5</b>	<b>104,7</b>	<b>752,0</b>	
<b>Пятница 20.06.2025</b>							
<b>Завтрак</b>	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	90 (50/40)	8,1	9,0	8,4	143,0	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	185	7,5	7,6	43,4	277,0	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	0	14,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>500,0</b>	<b>18,1</b>	<b>16,8</b>	<b>79,5</b>	<b>578,0</b>	
<b>Обед</b>	Гарнировка: помидор свежий	60	0,7	0,1	2,3	14,0	ТН
	Суп крестьянский с крупой, цыпленок отварной	200/20	8,5	6,4	11,3	134,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлеты домашние с соусом красным основным	90(60/30)	9,6	13,8	10,8	205,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша перловая с овощами	170	5,5	6,9	43,2	270,0	ТТК№55
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	12,0	50,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>971,0</b>	<b>26,9</b>	<b>27,6</b>	<b>114,3</b>	<b>822,0</b>	

\*Стоимость комплекса на одного человека составляет 162 рубля в день

Согласовано

Директор Школы №



Утверждаю

Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»

А.В.Усков



## Комплексное питание для детей старше 12 лет пришкольного лагеря

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Понедельник 16.06.2025</b>							
Завтрак	Плов по-домашнему	50/150	13,4	15,9	29,8	316,0	ТТК №2
	АК Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	4,3	0,4	20,4	122,0	ТТК№57
	Нектар фруктовый в ассортименте	1/200	0	0	12,0	50,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>632,0</b>	<b>18,0</b>	<b>16,3</b>	<b>77,4</b>	<b>548,0</b>	
Обед	Гарнировка: помидор свежий	100	1,1	0,2	3,8	23,3	ТН
	Суп картофельный с бобовыми на к/б	250	6,6	7,0	35,1	218,0	139/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	12,3	9,6	4,4	158,0	ТТК20
	Макаронные изделия отварные	180	4,3	10,4	42,3	264,0	469/1994
	Напиток из кураги	200	0,9	---	16,1	117,0	704/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>865,0</b>	<b>27,4</b>	<b>27,6</b>	<b>117,6</b>	<b>848,3</b>	
<b>Вторник 17.06.2025</b>							
Завтрак	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	8,3	9,3	9,2	143,7	ТТК №52 528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	230	11,9	12,0	47,3	368,0	463/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	107,0	638/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого:</b>		<b>555,0</b>	<b>22,5</b>	<b>21,5</b>	<b>96,7</b>	<b>679,7</b>	
Обед	Щи из св. капусты с картофелем на к/б	250	4,5	4,4	12,6	97,0	124/2004
	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (50/50)	11,2	9,3	12,7	175,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	180	4,5	8,2	36,4	275,0	465/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0	628/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное	1/200	4,0	6,4	9,4	120,0	ТН
<b>Итого</b>		<b>986,0</b>	<b>28,5</b>	<b>28,9</b>	<b>114,9</b>	<b>854,0</b>	
<b>Среда 18.06.2025</b>							
Завтрак	Бутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120,0	3/1997
	Яйцо вареное	1 шт(40)	5,1	4,6	0,3	63,0	324/1997
	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес», масло сливочное	230/10	5,3	8,7	40,4	268,0	Т4/2004, 14/2005
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103,3	762/1997
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>556,0</b>	<b>20,8</b>	<b>21,2</b>	<b>87,2</b>	<b>622,3</b>	
Обед	Гарнировка: помидор свежий	100	1,1	0,2	3,8	23,3	ТН
	Рассольник Ленинградский на к/б	250	5,1	7,1	17,3	143,0	132/2004
	Котлета «Улыбка»	120 (70/50)	10,1	10,5	5,9	139,0	ТТК№13
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	10,4	42,3	264,0	469/1994
	АК Компот «Южный»	200	0,3	0	18,0	120,0	ТТК№1
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57

Согласовано  
Директор Школы №




Утверждаю  
Директор МАУ «Центр детского  
здорового питания»  
А.В.Усков

Комплексное питание для детей старше 12 лет пришкольного лагеря

	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>906,0</b>	<b>27,0</b>	<b>28,8</b>	<b>116,1</b>	<b>818,3</b>	
<b>Четверг 19.06.2025</b>							
<b>Завтрак</b>	Котлета рыбная с соусом красным основным	100 (60/40)	11,2	7,5	11,4	175,0	324/1994 528/3/1994
	Рис отварной	200	5,0	10,3	28,5	283,0	465/1994
	АК Напиток апельсиновый	200	0,2	0	19,8	77,0	699/2004
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,3	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>556,0</b>	<b>20,6</b>	<b>18,4</b>	<b>88,5</b>	<b>664,0</b>	
<b>Обед</b>	Гарнировка: огурец свежий	100	0,3	0,1	3,7	15,0	ТН
	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	8,7	9,5	39,0	206,0	133/2004 Т1/3/1994
	Сосиска отварная	100	10,5	12,4	0,2	198,0	ТТК№100,1
	Каша гречневая рассыпчатая, масло сливочное	180/5	8,8	10,5	43,9	276,0	463/1994, 14/2005
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60,0	629/1994
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>887,0</b>	<b>30,5</b>	<b>32,7</b>	<b>114,9</b>	<b>816,0</b>	
<b>Пятница 20.06.2025</b>							
<b>Завтрак</b>	Котлета куриная рубленая с соусом красным основным	100 (50/50)	8,3	9,3	9,2	143,7	ТТК №52 528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	230	8,1	9,4	36,1	338,0	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины	200	0,6	0	24,8	97,0	ТТК№27
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>555,0</b>	<b>18,9</b>	<b>18,9</b>	<b>83,0</b>	<b>639,7</b>	
<b>Обед</b>	Суп крестьянский с крупой	250/20	8,5	7,7	14,1	170,0	134/2004 Т-17/1994
	Котлеты домашние с соусом красным основным	100 (50/50)	8,4	10,9	14,2	174,0	271/2/2005 528/3/1994
	Каша перловая с овощами	180	5,8	7,3	45,7	285,0	ТТК№55
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81,0	ТТК№46
	Хлеб пшеничный	1/25	1,9	0,2	12,9	61,0	ТТК№57
	Хлеб ржано-пшеничный	1/31	2,2	0,4	15,9	68,0	ТТК№57
<b>Итого</b>		<b>1006,0</b>	<b>31,2</b>	<b>32,9</b>	<b>131,0</b>	<b>959,0</b>	

\*Стоимость комплекса на одного человека составляет 162 рубля в день