

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ «СП №26»


21 мая 2025 года



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Компания Продэко»


/Н.В.Гартман/
21 мая 2025 года



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

ЛАГЕРЯ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ

с 26 мая по 20 июня 2025 года.

МБОУ «Лазаревская средняя школа №26»

Согласовано
Директор МБОУ
«Лазаревская средняя школа №26»
Л.Н. Крылова

Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»
Н.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

		1 день (понедельник)					
Номер технологическо й карты	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводо ы	
	Завтрак 1						
227	Каша манная молочная	г	200	6,2	6,6	31,2	209,2
268	Омлет натуральный	г	100	8,6	9,7	2,1	130,8
462	Какао с молоком	г	200	3,3	2,9	13,8	94,0
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого завтрак 1:		г	540	22,1	19,9	70,2	545,4
	Завтрак 2						
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
Итого завтрак 2 :			150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Обед						
1	Салат из капусты белокачанной и зеленым с маслом растительным	г	80	1,3	4,9	7,0	79,8
100/36 6/433	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	г	250/10/1 0	4,2	6,6	16,5	122,0
327	Гуляш мясной	г	90	14,0	12,8	3,2	183,7
202	Каша гречневая рассыпчатая	г	150	5,6	5,8	9,9	173,6
495	Компот из сухофруктов с витамином С	г	200	0,6	0,1	20,1	84,0
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого обед:		г	912	38,5	32,5	110,2	903,0
	Полдник						
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
Итого полдник:			300	8,0	5,8	66,3	416,0
Итого за день:			1 902	69,4	58,9	248,7	1952,4

Бухгалтер

О.В. Сидорова

Зав. Производством

И.А. Исаева

Согласовано
Директор МБОУ
«Лазаревская средняя школа №26»
Л.Н. Крылова

Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»
Н.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

		2 день (вторник)						
Номер техноло- гической карты	Наименование блюда		Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, Ккал	
		Ед изм		Белки	Жиры	Углевод ы		
	Завтрак 1							
259	Макаронные изделия отварные с сыром	г	200	12,3	10,0	35,9	283,0	
70	Бутерброд с маслом сливочным	г	30/20	2,4	14,8	15,0	202,0	
457	Чай с сахаром	г	200	0,2	0,1	9,3	38,0	
	Батон йодированный	г	50	5,0	0,9	29,0	139,3	
Итого завтрак 1:			500	19,9	25,8	89,2	662,3	
	Завтрак 2							
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0	
Итого завтрак 2 :			150	0,8	0,8	2,0	88,0	
	Обед							
17	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	г	80	0,9	5,0	3,0	60,0	
130/366	Суп с макаронными изделиями, картофелем с	г	250/10	5,2	5,7	17,9	143,9	
307	Котлета рыбная	г	90	11,8	1,7	14,2	116,4	
205	Рис отварной	г	150	3,7	4,9	37,7	209,6	
486	Компот из свежих яблок с витамином С	г	200	0,1	0,1	11,1	46,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5	
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4	
Итого обед:			900	34,5	19,7	137,4	835,8	
	Полдник							
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0	
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0	
Итого полдник:			300	8,0	5,8	66,3	416,0	
Итого за день:			1850,0	63,2	52,1	294,9	2002,1	

Бухгалтер

О.В.Сидорова

Зав. Производством

И.А.Исаева

Согласовано
Директор МБОУ
«Лазаревская средняя школа №26»
Л.Н. Крылова



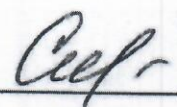
Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»
Н.В. Гартман



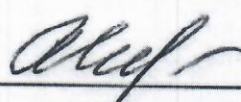
Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

3 день (среда)								
Номер технологической карты	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	
				Белки	Жиры	Углевод ы		
	Завтрак							
213	Каша гречневая вязкая	г	200	6,2	6,9	20,6	168,8	
283,471	Пудинг из творога со сгущенным молоком	г	100/10	17,9	5,6	24,1	217,4	
267	Яйцо вареное	г	40	5,1	4,6	0,3	63,0	
459	Чай с лимоном	г	200	0,3	0,1	9,5	40,0	
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4	
	Итого завтрак:		590	33,4	17,9	77,5	600,6	
	Завтрак 2							
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0	
	Итого завтрак 2 :		150	0,8	0,8	2,0	88,0	
	Обед							
14	Салат из огурцов с зеленью и маслом растительным	г	80	0,7	6,1	1,9	65,0	
104/366/4 33	Щи из свежей капусты с картофелем и птицей и сметаной	г	250/10/10	6,1	7,2	7,7	96,5	
347	Котлета "Школьная"	г	90	16,5	12,5	14,3	236,3	
256	Макаронные изделия отварные	г	150	5,6	0,5	29,6	190,4	
496	Напиток из шиповника	г	200	0,7	0,3	18,3	78,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5	
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4	
	Итого обед:		910	42,4	28,9	125,4	926,0	
	Полдник							
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0	
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0	
	Итого полдник:		300	8,0	5,8	66,3	416,0	
	Итого за день:		1 950	84,7	53,3	271,2	2030,6	

Бухгалтер

 О.В. Сидорова

Зав. Производством

 И.А. Исаева

Согласовано

Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова

Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»



Н.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

4 день (четверг)							
номер рецептур или технологической	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак 1						
226	Каша "Дружба"		200	5,2	6,7	27,7	191,6
64	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	г	30/15/5	7,4	11,1	10,6	173,0
464	Кофейный напиток с молоком	г	200	1,4	1,2	11,4	63,0
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого завтрак 1:			520	18,0	19,7	72,6	539,0
	Завтрак 2						
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
Итого завтрак 2 :			150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Обед						
18	Салат из свежих помидоров и огурцов и маслом растительным	г	80	0,8	5,0	2,9	59,2
120	Суп картофельный с рыбой	г	250	11,1	3,9	16,1	143,8
341	Котлеты "Пермские"	г	90	12,8	7,6	8,6	154,0
176	Рагу овощное	г	150	3,5	7,4	15,0	142,5
495	Компот из сухофруктов с витамином С	г	200	0,6	0,1	20,1	84,0
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого обед:			720	41,5	26,3	116,3	843,4
	Полдник						
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
Итого полдник:			300	8,0	5,8	66,3	416,0
Итого за день:			1 690	68,4	52,7	257,2	1886,4

Бухгалтер

Сидорова

О.В.Сидорова

Зав. Производством

Исаева

И.А.Исаева

Согласовано

Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова

Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

5 день (пятница)							
Номер рецептуры или технологии	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1							
279/471	Запеканка с творогом со сгущенным молоком	г	100/10	21,8	7,0	22,5	239,4
212	Каша из крупы "Геркулес" вязкая с маслом сливочным	г	200	8,4	9,0	31,5	240,8
462	Какао с молоком	г	200	3,3	2,9	13,8	94,0
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого завтрак 1:			550	37,5	19,7	90,8	685,6
Завтрак 2							
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
Итого завтрак 2 :			150	0,8	0,8	2,0	88,0
Обед							
29	Салат из свеклы с черносливом с маслом растительным	г	80	1,1	4,9	9,7	87,2
114/366	Суп гороховый с картофелем и птицей	г	250/10	9,8	4,9	16,4	145,0
359, 408	Печень, тушенная в соусе сметанном	г	90	12,3	10,0	5,7	162,8
377	Пюре картофельное	г	150	3,2	6,0	9,2	102,0
486	Компот из свежих яблок с витамином С	г	200	0,1	0,1	11,1	46,0
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого обед:			900	39,2	28,2	105,7	802,9
Полдник							
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
Итого полдник:			300	8,0	5,8	66,3	416,0
Итого за день:			1900	85,5	54,5	264,7	1992,5

Бухгалтер

О.В. Сидорова

Зав. Производством

И.А. Исаева

Согласовано

Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова

Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

И.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

6 день (понедельник)								
Номер рецептуры или технологической карты	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак 1							
233	Каша пшеничная молочная	г	200	7,5	6,9	28,5	199,8	
268	Омлет натуральный с зеленым горошком	г	100/30	6,5	7,2	3,2	104,0	
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4	
465	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,8	2,5	13,6	88,0	
	Итого завтрак 1:		570	20,8	17,3	68,3	503,2	
	Завтрак 2							
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0	
	Итого завтрак 2 :		150	0,8	0,8	2,0	88,0	
	Обед							
5	Салат из капусты белокочанной с огурцом с маслом растительным	г	80	1,0	4,9	2,2	56,8	
130/366	Суп с макаронными изделиями, картофелем с птицей	г	250/10	5,2	5,7	17,9	143,9	
299	Рыба, тушеная в томате с овощами	г	90	10,7	1,8	5,8	82,8	
205	Рис отварной		150	3,7	4,9	37,7	209,6	
496	Напиток из шиповника	г	200	0,7	0,3	18,3	78,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5	
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4	
	Итого обед:		900	34,1	20,0	135,5	831,0	
	Полдник							
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0	
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	262,9	
	Итого полдник:		300	8,0	5,8	66,3	348,9	
	Итого за день:		1920	63,7	43,8	272,2	1771,1	

Бухгалтер

О.В. Сидорова

Зав. Производством

И.А. Исаева

Согласовано

Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова

Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В.Тартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

		7 день (вторник)						
Номер рецепту ры или технолог ической карты		Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность, Ккал
					Белки	Жиры	Углевод ы	
		Завтрак 1						
259	Макаронные сыром	изделия отварные с	г	200	12,3	10,0	35,9	283,0
64	Бутерброд с сливочным	сыром и маслом	г	30/20/5	8,2	12,3	11,6	190,3
	Батон йодированный		г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
459	Чай с лимоном		г	200/7	0,3	0,1	9,5	40,0
Итого завтрак 1:				502	20,5	22,3	47,5	624,7
		Завтрак 2						
82	Фрукт		г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
Итого завтрак 2 :				150	0,8	0,8	2,0	88,0
		Обед						
17	Салат из свежих помидоров с маслом растительным		г	80	0,9	5,0	3,0	60,0
100/366/ 433	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной		г	250/10/10	4,2	6,6	16,5	122,0
328	Жаркое по-домашнему		г	240	24,4	25,6	15,3	389,5
495	Компот из сухофруктов с витамином С		г	200	0,6	0,1	20,1	84,0
	Хлеб ржано-пшеничный		г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный		г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого обед:				910,0	42,9	39,6	108,5	915,4
		Полдник						
501	Сок фруктовый		г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие		г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
Итого полдник:				300	8,0	5,8	66,3	416,0
Итого за день:				1862	72,2	68,4	224,3	2044,1

Бухгалтер

О.В.Сидорова

Зав. Производством

И.А.Исаева

Согласовано
Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова

Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

8 день (среда)							
Номер рецептуры или технологической карты	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углевод	
	Завтрак 1						
234	Каша молочная рисовая молочная	г	200	5,5	8,6	32,6	214,6
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
283,471	Пудинг из творога со сгущенным молоком	г	100/10	17,9	5,6	24,1	217,4
465	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,8	2,5	13,6	88,0
	Итого завтрак 1:		550	30,2	17,4	93,3	631,4
	Завтрак 2						
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Итого завтрак 2 :		150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Обед						
12	Салат из редиса с маслом растительным	г	80	0,9	4,9	2,6	57,6
95/433/366	Борщ с капустой, картофелем с птицей и зеленью и сметаной	г	250/10/2/10	6,4	7,1	10,6	108,6
327	Гуляш мясной	г	90	14,0	12,8	3,2	183,7
202	Каша гречневая рассыпчатая	г	150	5,6	5,8	9,9	173,6
486	Компот из свежих яблок с витамином С	г	200	0,1	0,1	11,1	46,0
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
	Итого обед:		872	39,8	33,0	91,0	829,4
	Полдник						
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
	Итого полдник:		300	8,0	5,8	66,3	416,0
	Итого за день:		1872	78,7	57,0	252,6	1964,8

Бухгалтер

О.В. Сидорова

Зав. Производством

И.А. Исаева

Согласовано
Директор МБОУ
«Лазаревская средняя школа №26»
Л.Н. Крылова

Утверждаю
Директор ООО «Компания ПродЭКО»
Н.В. Гартман

Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

9 день (четверг)							
Номер рецептур или технологичес	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак1						
226	Каша "Дружба"		200	5,2	6,7	27,7	191,6
267	Яйцо вареное	г	40	5,1	4,6	0,3	63,0
64	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	г	30/15/5	7,4	11,1	10,6	173,0
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
457	Чай с сахаром	г	200	0,2	0,1	9,3	38,0
Итого завтрак1:			530	21,9	23,2	70,8	577,0
	Завтрак 2						
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
Итого завтрак 2 :			150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Обед						
14	Салат из огурцов с зеленью и маслом растительным	г	80	0,7	6,1	1,9	65,0
114/366	Суп гороховый с картофелем и птицей	г	250/10	9,8	4,9	16,4	145,0
348	Тефтели мясные с соусом	г	90	11,8	8,5	8,1	155,7
256	Макароны отварные	г	150	5,3	4,9	32,8	197,0
496	Напиток из шиповника	г	200	0,7	0,3	18,3	78,0
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
Итого обед:			910	41,0	27,0	131,2	900,6
	Полдник						
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
Итого полдник:			300	8,0	5,8	66,3	416,0
Итого за день:			1890	71,8	56,8	270,3	1981,6

Бухгалтер

О.В. Сидорова

Зав. Производством

И.А. Исаева

Согласовано

Директор МБОУ

«Лазаревская средняя школа №26»

Л.Н. Крылова



Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

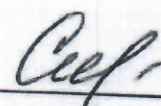
Н.В. Гартман



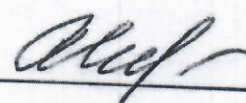
Примерное меню для детей в лагерях с дневным пребыванием

10 день (пятница)							
Номер рецептуры или технологической карты	Наименование блюда	Ед изм	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	Завтрак1						
212	Каша из крупы "Геркулес" вязкая с маслом сливочным	г	200	8,4	9,0	31,5	240,8
268	Омлет натуральный	г	100	8,6	9,7	2,1	130,8
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
465	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,8	2,5	13,6	88,0
	Итого завтрак1:		540	23,8	21,9	70,2	571,0
	Завтрак 2						
82	Фрукт	г	150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Итого завтрак 2 :		150	0,8	0,8	2,0	88,0
	Обед						
316	Сельдь с луком	г	50/30	7,3	16,8	3,8	195,2
104/366/433	Щи из свежей капусты с картофелем и птицей и сметаной	г	250/10/10	6,1	7,2	7,7	96,5
347	Котлета "Школьная"	г	90	16,5	12,5	14,3	236,3
377	Пюре картофельное	г	150	3,2	6,0	9,2	102,0
495	Компот из сухофруктов с сахаром	г	200	0,6	0,1	20,1	84,0
	Хлеб ржано-пшеничный	г	80	8,8	1,6	30,7	148,5
	Батон йодированный	г	40	4,0	0,7	23,0	111,4
	Итого обед:		910	46,5	44,9	108,6	973,8
	Полдник						
501	Сок фруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86,0
	Кондитерское изделие	г	100	7,0	5,6	46,1	330,0
	Итого полдник:		300	8,0	5,8	66,3	416,0
	Итого за день:		1900	79,1	73,4	247,1	2048,8

Бухгалтер

 О.В.Сидорова

Зав. Производством

 И.А.Исаева