

### Примерное меню для питания детей во время осеннего лагеря на 2025г.

| №<br>реп       | Наименование блюд                                | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|--------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                                  | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 1 день         |                                                  |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак:       |                                                  |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 173            | Каша молочная вязкая пшениная с маслом сливочным | 150/5    | 9,58  | 14,43 | 17,77  | 134,6   | 0,73   | 200/5           | 12,77 | 19,24 | 23,69  | 179,47  | 0,97   |
| 462            | Какао с молоком                                  | 200      | 3,3   | 2,9   | 13,8   | 94      | 0,7    | 200             | 3,3   | 2,9   | 13,8   | 94      | 0,7    |
| 573            | Хлеб пшеничный                                   | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 338            | Фрукты свежие                                    | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  | 100             | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  |
|                | Вода бутилированная                              | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                                  |          | 15,63 | 18,03 | 55,86  | 345,75  | 11,43  |                 | 18,82 | 22,84 | 61,78  | 390,62  | 11,67  |
| Обед:          |                                                  |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 101            | Суп картофельный с гречневой крупой              | 200      | 3,12  | 11,25 | 13,7   | 132,86  | 7,3    | 250             | 3,9   | 14,06 | 17,13  | 166,08  | 9,13   |
| 312            | Пюре картофельное                                | 150      | 11,4  | 8,78  | 56,09  | 152,1   | 0      | 180             | 12,8  | 9,58  | 59,5   | 211,2   | 0      |
| 347            | Котлеты Школьные с соусом сметанным с томатом    | 60/30    | 13,77 | 9,9   | 11,97  | 191,7   | 0      | 70/30           | 15,3  | 11    | 13,3   | 213     | 0      |
| 574            | Хлеб дарницкий                                   | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                                   | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                            | 200      | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   |
| Итого обед:    |                                                  |          | 33,00 | 32,07 | 133,65 | 748,56  | 8,03   |                 | 36,71 | 36,78 | 141,82 | 862,18  | 9,86   |
| Полдник:       |                                                  |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 389            | Сок фруктовый                                    | 200      | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      | 200             | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      |
| 582            | Кондитерское изделие (печенье)                   | 40       | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      | 40              | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      |
| Итого полдник: |                                                  |          | 8,00  | 3,92  | 49,96  | 250,80  | 4,00   |                 | 8,00  | 3,92  | 49,96  | 250,80  | 4,00   |
| ИТОГО:         |                                                  |          | 56,63 | 54,02 | 239,47 | 1345,11 | 23,46  |                 | 63,53 | 63,54 | 253,56 | 1503,60 | 25,53  |



| №<br>реп       | Наименование блюд                                    | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                                      | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 2 день         |                                                      |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак        |                                                      |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 173            | Каша молочная вязкая геркулесовая с маслом сливочным | 150/5    | 13,32 | 16,41 | 2,60   | 211,42  | 0,29   | 200/5           | 17,76 | 21,88 | 3,47   | 281,89  | 0,39   |
| 378            | Чай с молоком                                        | 200      | 1,52  | 1,35  | 15,9   | 109,28  | 1,33   | 200             | 1,52  | 1,35  | 15,9   | 109,28  | 1,33   |
| 573            | Хлеб пшеничный                                       | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 581            | Кондитерское изделие (пряник)                        | 30       | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      | 30              | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      |
|                | Вода бутилированная                                  | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                                      |          | 19,44 | 21,00 | 55,31  | 515,35  | 1,62   |                 | 23,88 | 26,47 | 56,18  | 585,82  | 1,72   |
| Обед:          |                                                      |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 88             | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной        | 200/10   | 10,05 | 6,72  | 12,32  | 151,80  | 12,62  | 250/10          | 12,56 | 8,40  | 15,40  | 189,75  | 15,78  |
| 203            | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным       | 150/5    | 5,66  | 7,5   | 31,92  | 146,3   | 0      | 180/5           | 6,79  | 9     | 38,3   | 175,56  | 0      |
| 290            | Птица тушеная в соусе                                | 50/50    | 11,94 | 10,12 | 3,51   | 153     | 2,09   | 50/50           | 11,94 | 10,12 | 3,51   | 153     | 2,09   |
| 574            | Хлеб дарницкий                                       | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                                       | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                                | 200      | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   |
| Итого обед:    |                                                      |          | 32,36 | 26,48 | 99,64  | 723,00  | 15,44  |                 | 36,00 | 29,66 | 109,10 | 790,21  | 18,60  |
| Полдник:       |                                                      |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 389            | Сок фруктовый                                        | 200      | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      | 200             | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      |
| 580            | Кондитерское изделие (вафли)                         | 40       | 1,56  | 12,24 | 25     | 216,4   | 0      | 40              | 1,56  | 12,24 | 25     | 216,4   | 0      |
| Итого полдник: |                                                      |          | 6,56  | 12,24 | 45,20  | 301,20  | 4,00   |                 | 6,56  | 12,24 | 45,20  | 301,20  | 4,00   |
| ИТОГО:         |                                                      |          | 58,36 | 59,72 | 200,15 | 1539,55 | 21,06  |                 | 66,44 | 68,37 | 210,48 | 1677,23 | 24,32  |



| №<br>реп       | Наименование блюд                                 | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|---------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                                   | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 3 день         |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак        |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 173            | Каша молочная вязкая гречневая с маслом сливочным | 150/5    | 13,30 | 16,40 | 2,58   | 210,30  | 0,25   | 200/5           | 17,73 | 21,87 | 3,44   | 280,40  | 0,33   |
| 573            | Хлеб пшеничный                                    | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 338            | Фрукты свежие                                     | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  | 100             | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  |
| 376            | Чай с сахаром                                     | 200/10   | 0,07  | 0,02  | 15     | 60      | 0,03   | 200/10          | 0,07  | 0,02  | 15     | 60      | 0,03   |
|                | Вода бутыллированная                              | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                                   |          | 16,12 | 17,12 | 41,87  | 387,45  | 10,28  |                 | 20,55 | 22,59 | 42,73  | 457,55  | 10,36  |
| Обед:          |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 113            | Суп-лапша домашняя                                | 200      | 3,86  | 12,36 | 20,64  | 163,6   | 0,4    | 250             | 4,82  | 12,45 | 25,8   | 204,5   | 0,5    |
| 289            | Рагу из птицы                                     | 150/50   | 18,45 | 19,47 | 31,02  | 204,8   | 12,3   | 180/50          | 22,45 | 23,96 | 48,6   | 296,96  | 13,8   |
| 574            | Хлеб дарницкий                                    | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                                    | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                             | 200      | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   |
| Итого обед:    |                                                   |          | 27,02 | 33,97 | 103,55 | 640,30  | 13,43  |                 | 31,98 | 38,55 | 126,29 | 773,36  | 15,03  |
| Полдник:       |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 484            | Кисель                                            | 200      | 0     | 0     | 7,5    | 30      | 0      | 200             | 0     | 0     | 7,5    | 30      | 0      |
| 582            | Кондитерское изделие (печенье)                    | 40       | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      | 40              | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      |
| Итого полдник: |                                                   |          | 3,00  | 3,92  | 37,26  | 196,00  | 0,00   |                 | 3,00  | 3,92  | 37,26  | 196,00  | 0,00   |
| ИТОГО:         |                                                   |          | 46,14 | 55,01 | 182,68 | 1223,75 | 23,71  |                 | 55,53 | 65,06 | 206,28 | 1426,91 | 25,39  |



| №<br>реп       | Наименование блюд                                 | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|---------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                                   | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 4 день         |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак        |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 173            | Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным | 150/5    | 9,5   | 14,4  | 17,7   | 134,5   | 0,7    | 200/5           | 12,7  | 19,2  | 23,64  | 179,4   | 0,95   |
| 573            | Хлеб пшеничный                                    | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 378            | Чай с молоком                                     | 200      | 1,52  | 1,35  | 15,9   | 109,28  | 1,33   | 200             | 1,52  | 1,35  | 15,9   | 109,28  | 1,33   |
| 581            | Кондитерское изделие (пряник)                     | 30       | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      | 30              | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      |
|                | Вода бутилированная                               | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                                   |          | 15,62 | 18,99 | 70,41  | 438,43  | 2,03   |                 | 18,82 | 23,79 | 76,35  | 483,33  | 2,28   |
| Обед:          |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 82             | Борщ с капустой и картофелем со сметаной          | 200/10   | 1,58  | 10,72 | 22,54  | 147     | 8,54   | 250/10          | 1,98  | 13,4  | 28,18  | 183,75  | 10,68  |
| 171            | Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным       | 150/5    | 6,8   | 7,9   | 40,02  | 259,8   | 0      | 180/5           | 8,16  | 9,48  | 48,02  | 311,76  | 0      |
| 279            | Тефтели говяжьи с соусом сметанным с томатом      | 60/30    | 8,95  | 9,95  | 11,33  | 170,4   | 0,49   | 70/30           | 9,94  | 11,05 | 12,59  | 189,33  | 0,54   |
| 574            | Хлеб дарницкий                                    | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                                    | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                             | 200      | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   |
| Итого обед:    |                                                   |          | 22,04 | 30,71 | 125,78 | 849,10  | 9,76   |                 | 24,79 | 36,07 | 140,68 | 956,74  | 11,95  |
| Полдник:       |                                                   |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 389            | Сок фруктовый                                     | 200      | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      | 200             | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      |
| 582            | Кондитерское изделие (печенье)                    | 40       | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      | 40              | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      |
| Итого полдник: |                                                   |          | 8,00  | 3,92  | 49,96  | 250,80  | 4,00   |                 | 8,00  | 3,92  | 49,96  | 250,80  | 4,00   |
| ИТОГО:         |                                                   |          | 45,66 | 53,62 | 246,15 | 1538,33 | 15,79  |                 | 51,61 | 63,78 | 266,99 | 1690,87 | 18,23  |



| №<br>реп       | Наименование блюд                              | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                                | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 5 день         |                                                |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак        |                                                |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 175            | Каша молочная вязкая Дружба с маслом сливочным | 150/5    | 8,63  | 14,52 | 16,50  | 154,00  | 0,73   | 200/5           | 11,51 | 19,36 | 22,00  | 205,33  | 0,97   |
| 573            | Хлеб пшеничный                                 | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 338            | Фрукты свежие                                  | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  | 100             | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  |
| 376            | Чай с сахаром                                  | 200/10   | 0,07  | 0,02  | 15     | 60      | 0,03   | 200/10          | 0,07  | 0,02  | 15     | 60      | 0,03   |
|                | Вода бутилированная                            | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                                |          | 11,45 | 15,24 | 55,79  | 331,15  | 10,76  |                 | 14,33 | 20,08 | 61,29  | 382,48  | 11,00  |
| Обед:          |                                                |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 102            | Суп картофельный с горохом                     | 200      | 9,38  | 13,81 | 21,2   | 140,32  | 4,66   | 250             | 11,73 | 17,26 | 28,5   | 175,4   | 5,83   |
| 203            | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/5    | 5,66  | 7,5   | 31,92  | 146,3   | 0      | 180/5           | 6,79  | 9     | 38,3   | 175,56  | 0      |
| 243            | Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом  | 50/50    | 6,58  | 6,00  | 4,22   | 50,67   | 0,11   | 50/50           | 6,58  | 6,00  | 4,22   | 50,67   | 0,11   |
| 574            | Хлеб дарницкий                                 | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                                 | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                          | 200      | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   |
| Итого обед:    |                                                |          | 26,33 | 29,45 | 109,23 | 609,19  | 5,50   |                 | 29,81 | 34,40 | 122,91 | 673,53  | 6,67   |
| Полдник:       |                                                |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 484            | Кисель                                         | 200      | 0     | 0     | 7,5    | 30      | 0      | 200             | 0     | 0     | 7,5    | 30      | 0      |
| 581            | Кондитерское изделие (пряник)                  | 30       | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      | 30              | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      |
| Итого полдник: |                                                |          | 2,25  | 2,94  | 29,82  | 154,50  | 0,00   |                 | 2,25  | 2,94  | 29,82  | 154,50  | 0,00   |
| ИТОГО:         |                                                |          | 40,03 | 47,63 | 194,84 | 1094,84 | 16,26  |                 | 46,39 | 57,42 | 214,02 | 1210,51 | 17,67  |



| №<br>реп       | Наименование блюд                       | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|-----------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                         | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 6 день         |                                         |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак        |                                         |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 181            | Каша молочная манная с маслом сливочным | 150/5    | 4,66  | 5,01  | 8      | 151,9   | 0,89   | 200/5           | 6,21  | 6,68  | 10,67  | 202,53  | 1,19   |
| 573            | Хлеб пшеничный                          | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 465            | Кофейный напиток с молоком              | 200      | 2,8   | 2,5   | 13,6   | 88      | 0,7    | 200             | 2,8   | 2,5   | 13,6   | 88      | 0,7    |
| 581            | Кондитерское изделие (пряник)           | 30       | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      | 30              | 2,25  | 2,94  | 22,32  | 124,5   | 0      |
|                | Вода бутилированная                     | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                         |          | 12,06 | 10,75 | 58,41  | 434,55  | 1,59   |                 | 13,61 | 12,42 | 61,08  | 485,18  | 1,89   |
| Обед:          |                                         |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 96             | Рассольник Ленинградский со сметаной    | 200/10   | 2,49  | 4,08  | 22,54  | 141,8   | 6,7    | 250/10          | 3,11  | 5,1   | 28,17  | 177,25  | 8,38   |
| 291            | Плов из птицы                           | 150/50   | 13,38 | 7,14  | 38,42  | 195,1   | 0      | 180/50          | 16,8  | 8,55  | 43,8   | 297,8   | 0      |
| 574            | Хлеб дарницкий                          | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                          | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                   | 200      | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,50  | 22,60  | 132,80  | 0,73   |
| Итого обед:    |                                         |          | 20,58 | 13,36 | 112,85 | 608,80  | 7,43   |                 | 24,62 | 15,79 | 123,86 | 746,95  | 9,11   |
| Полдник:       |                                         |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 389            | Сок фруктовый                           | 200      | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      | 200             | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      |
| 580            | Кондитерское изделие (вафли)            | 40       | 1,56  | 12,24 | 25     | 216,4   | 0      | 40              | 1,56  | 12,24 | 25     | 216,4   | 0      |
| Итого полдник: |                                         |          | 6,56  | 12,24 | 45,20  | 301,20  | 4,00   |                 | 6,56  | 12,24 | 45,20  | 301,20  | 4,00   |
| ИТОГО:         |                                         |          | 39,20 | 36,35 | 216,46 | 1344,55 | 13,02  |                 | 44,79 | 40,45 | 230,14 | 1533,33 | 15,00  |



| №<br>реп       | Наименование блюд                               | 7-12 лет |       |       |        |         |        | 12 лет и старше |       |       |        |         |        |
|----------------|-------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------|--------|-----------------|-------|-------|--------|---------|--------|
|                |                                                 | Выход    | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) | Выход           | Белки | Жиры  | Угл-ды | Ккал    | С (мг) |
| 7 день         |                                                 |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| Завтрак        |                                                 |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 173            | Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным | 150/5    | 9,48  | 14,38 | 17,67  | 134,45  | 0,68   | 200/5           | 12,68 | 19,17 | 23,6   | 179,31  | 0,94   |
| 573            | Хлеб пшеничный                                  | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 378            | Чай с молоком                                   | 200      | 1,52  | 1,35  | 15,9   | 109,28  | 1,33   | 200             | 1,52  | 1,35  | 15,9   | 109,28  | 1,33   |
| 338            | Фрукты свежие                                   | 100      | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  | 100             | 0,40  | 0,40  | 9,80   | 47,00   | 10,00  |
| ПР             | Батончик Супер                                  | 50       | 1     | 8     | 36,5   | 220     | 0      | 50              | 1     | 8     | 36,5   | 220     | 0      |
|                | Вода бутилированная                             | 500      |       |       |        |         |        | 500             |       |       |        |         |        |
| Итого завтрак: |                                                 |          | 14,75 | 24,43 | 94,36  | 580,88  | 12,01  |                 | 17,95 | 29,22 | 100,29 | 625,74  | 12,27  |
| Обед:          |                                                 |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 103            | Суп картофельный с макаронными изделиями        | 200      | 0,13  | 5,42  | 17,98  | 110,6   | 6,6    | 250             | 0,16  | 6,78  | 22,47  | 138,25  | 8,25   |
| 171            | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным   | 150/5    | 6,84  | 8,01  | 40,06  | 260     | 0      | 180/5           | 8,1   | 9,61  | 48,07  | 312     | 0      |
| 239            | Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом     | 60/30    | 12,60 | 7,52  | 5,77   | 159,60  | 5,66   | 70/30           | 14,00 | 8,35  | 6,41   | 177,33  | 6,29   |
| 574            | Хлеб дарницкий                                  | 30       | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      | 30              | 1,7   | 0,34  | 14,8   | 68,95   | 0      |
| 573            | Хлеб пшеничный                                  | 30       | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      | 30              | 2,35  | 0,3   | 14,49  | 70,15   | 0      |
| 349            | Компот из сухофруктов                           | 200      | 0,66  | 1,5   | 22,6   | 132,8   | 0,73   | 200             | 0,66  | 1,5   | 22,6   | 132,8   | 0,73   |
| Итого обед:    |                                                 |          | 24,28 | 23,09 | 115,70 | 802,10  | 12,99  |                 | 26,97 | 26,88 | 128,84 | 899,48  | 15,27  |
| Полдник:       |                                                 |          |       |       |        |         |        |                 |       |       |        |         |        |
| 389            | Сок фруктовый                                   | 200      | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      | 200             | 5     | 0     | 20,2   | 84,8    | 4      |
| 582            | Кондитерское изделие (печенье)                  | 40       | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      | 40              | 3     | 3,92  | 29,76  | 166     | 0      |
| Итого полдник: |                                                 |          | 8,00  | 3,92  | 49,96  | 250,80  | 4,00   |                 | 8,00  | 3,92  | 49,96  | 250,80  | 4,00   |
| ИТОГО:         |                                                 |          | 47,03 | 51,44 | 260,02 | 1633,78 | 29,00  |                 | 52,92 | 60,02 | 279,09 | 1776,02 | 31,54  |

Идентификатор документа ff33624c-7018-412a-8f68-f4be1c37843d



Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

|                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                    |  |                                                                                        |  |                                                                     |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------|--|
| Подписи отправителя:                                                                                                                                                                                                      |  | Доверенность: рег. номер, период действия и статус |  | Сертификат: серийный номер, период действия                                            |  | Дата и время подписания                                             |  |
| ООО "ГРАНД"<br>Шулин Александр Ильич директор                                                                                                                                                                             |  | Не требуется для подписания                        |  | 02D8B8B90044B31FB949F39D25EB6D34D8<br>с 25.08.2025 14:06 по 25.11.2026 14:06 GMT+03:00 |  | 06.10.2025 15:43 GMT+03:00<br>Подпись соответствует файлу документа |  |
| Подписи получателя:                                                                                                                                                                                                       |  | Доверенность: рег. номер, период действия и статус |  | Сертификат: серийный номер, период действия                                            |  | Дата и время подписания                                             |  |
| МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ<br>ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ<br>- ТЮЛЯЧИНСКАЯ СРЕДНЯЯ<br>ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА<br>ТЮЛЯЧИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО<br>РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН<br>Назклычев Салават Сатлыкович<br>Директор |  | Не требуется для подписания                        |  | 62F02EC1BB264F3409B2AA23370AE37F<br>с 19.08.2024 09:50 по 12.11.2025 09:50 GMT+03:00   |  | 08.10.2025 11:27 GMT+03:00<br>Подпись соответствует файлу документа |  |