



Утверждено
Директор
В.А. Красноделов



«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации

Основное (организованное) меню для лагерей с дневным пребыванием детей в период каникул

Для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных
общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

Краснодар
2025

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное 72,5% нормализованное (240/10) Пудинг из творога с джемом (240/10) Чай с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	3	4	5	6	7	8
		10	0,08	7,25	0,13	66	14-2017
		250	32,25	22,84	77,44	651	362-2004
		200	1,60	1,10	8,70	51	54-411-2022
		40	2,80	0,30	20,00	95,6	Пром.
		20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.
		100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.
		620	38,23	32,59	125,87	983	Пром.
		100	1,57	4,64	12,46	84	Пром.
		275	9,34	6,72	20,41	181,87	137-2004
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250) Рыба запеченная с помидором (110/10) Картофельное пюре Сок натуральная (персиковый)* Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Фрукты свежие (абрикосы)* Патрушка с повидлом	120	11,43	13,10	10,47	176	ТК № Д/4
		200	4,30	6,90	26,40	186,90	54-111-2022
		200	0,60	0,00	33,00	136	389-2017
		60	4,20	1,20	30,00	143	Пром.
		30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.
		100	0,90	0,10	9,00	44	ТК № Д/6
		75	4,46	2,98	44,12	222	410-2017
		1160	38,6	35,94	199,26	1236	-
		1780	74,93	68,53	324,43	2188,42	-
		Всего за день:					

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Сыр Российский 50% жирности* Каша жидкая молочная с маслом сливочным (пшено)* Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Фрукты свежие (персики)* Салат овощной	3	4	5	6	7	8
		30	6,96	8,86	0,00	108	15-2017
		230	8,22	12,83	40,60	312	182-2017
		200	3,16	2,68	15,95	100,6	379-2017
		40	2,80	0,30	20,00	95,6	Пром.
		30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.
		100	0,90	0,10	9,50	45	Д/6
		100	7,70	6,05	39,08	261	118
		730	31,54	31,62	138,63	985,45	-
		100	1,30	4,60	14,80	104	74-2022
Обед	Салат из моркови с маслом растительным* Орешки из картофеля и картофеля с говядиной со сметаной Пюре из картофеля (без соли) Мангольд отварной с маслом сливочным Компот из фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Кондитерское изделие (печенье)*	285	10,10	8,60	13,40	173	110-2004
		120	13,00	13,44	32,80	301	ТК № Д/7
		200	7,30	10,50	40,60	261	203-2017
		200	1,00	0,10	15,70	66,9	54-211-2022
		50	3,50	1,00	25,00	119,5	Пром.
		40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
		30	2,50	4,00	17,28	130	ТК № Д/15
		1625	41,1	42,64	177,58	1240	-
		1755	72,64	74,26	316,21	2225	-
		Всего за день:					

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	2	3					
	Салат из свежих помидоров со сладким перцем, зелень* (90/10)	100	1,31	5,52	4,03	71	027-2017, табл 24-1024
	Омлет натуральный	250	21,16	30,00	5,50	375,80	54-10-2022
	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	119	382-2017
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,6	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.
	Фрукты свежие (яблоки)*	100	0,80	0,40	7,50	41	ТК № Д/6
	Булочка обсыпанная с повидлом	70	5,37	5,89	17,85	207	П/21
	Итого за рацион питания:	790	37,31	46,45	105,96	973	-
	Салат из огурцов соленных с луком*	100	0,85	5,05	2,58	59	021-2017
Обед	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99	135-2004
	Птица запеченная	100	8,50	4,80	36,50	206	ТК № Д/9
	Картофель отварной с зеленью	200	4,10	15,12	32,20	242,0	634-2022
	Сок натуральный (виноградный)*	60	0,60	0,40	32,60	140	389-2017
	Хлеб пшеничный	40	2,40	0,40	30,00	143	Пром.
	Хлеб ржаной	100	12,50	7,30	38,90	269	410-2007
	Выпущенный с творогом	100	35,15	38,67	103,18	1242	-
	Итого за рацион питания:	1050	72,46	85,12	309,14	2215	-
	Всего за день :	1840					

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм				Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептура
			Белки			Углеводы		
			4	5	6			
Завтрак	2	3					7	8
	Салат из свежих огурцов*	100	0,75	6,02	2,35	67	26-2007	
	Птица с рисом и овощами	250	17,37	39,14	34,50	536	ТК № Д/11	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,8	54-2гн-2022	
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	Пром.	
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.	
	Кондитерское изделие (пирожок)*	25	0,55	0,41	6,28	130	Пром.	
	Фрукты свежие (яблоки)*	100	0,90	0,10	9,00	44	ТК № Д/6	
	Итого за рацион питания:	775	26,37	47,27	106,63	1031		
	Обед	Игра кубанская* (собственного производства)	100	1,40	5,40	9,00	94	77-2004
Борщ "Шкельный" со сметаной (250/10)		260	3,33	6,81	18,65	148	ТК № Д/13	
Рыба запеченная с овощами (110/10)		120	20,40	10,18	1,32	235	ТК № Д/14	
Картофельное пюре		180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г-2022	
Сок натуральный (вишневый)*		180	1,30	0,36	20,52	90,36	Пром.	
Хлеб пшеничный		60	4,20	1,20	30,00	143	Пром.	
Хлеб ржаной		40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.	
Фрукты свежие (яблоки)*		100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.	
Булочка "Бриш"*		100	4,37	7,30	35,00	223	471-2003	
Итого за рацион питания:		1140	41,54	38,29	166,05	1232		
Всего за день:		1915	67,91	85,56	272,68	2263		

5. МКУ КНМЦ (Шевченко) представить в департамент образования до 07.08.2024 итоговый мониторинг за июль, до 21.08.2024 итоговый мониторинг за август.

6. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Неделя: День	1	3	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептура
					Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	1	2	Сыр Российский 50% жирности ¹	30	6,96	8,85	0,00	108	10-2017
			Масло сливочное 72,5% жирности	10	0,08	7,25	0,13	66	10-2017
			Каша ячменная молотая с маслом сливочным (матрица) ²	250	7,26	12,75	38,50	299	10-2017
			Кефирный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	100,6	30-2017
			Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,5	Пром.
			Хлеб ржаной	10	1,80	0,30	13,50	63	Пром.
			Слобб обезжиренная	100	7,70	6,05	39,08	261	10-18
			Итого за рацион питания:	670	30,46	38,88	132,16	1017,1	10-2004
			Салат из белокочанной капусты с яблоком ³ (90/10)	100	1,57	4,64	12,46	84	10-2004
			Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167	10-2004
Обед	1	2	Гуляши из говядины	120	16,03	16,90	3,92	197	10-2017
			Макарон отварные с маслом сливочным	200	7,30	10,50	40,60	261	30-2017
			Сок натуральный (персиковый) ⁴	200	0,60	0,00	33,00	136	30-2017
			Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	27,50	132	Пром.
			Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
			Фрукты свежие (персики) ⁵	100	0,90	0,10	9,50	45	Д/6
			Кондитерское изделие (печенье) ⁶	30	2,50	4,00	17,38	130	ТК № Д/15
			Итого за рацион питания:	1095	41,35	43,24	184,56	1235	
			Всего за день:	1765	71,81	82,12	316,72	2253	
Завтрак	1	2	Омлет в пареке (помидоры свежие, зелень) ¹ (90/10)	100	1,31	0,23	4,12	24	71-2007
			Плов из филе птицы	230	15,69	17,25	58,70	440	ТК № Д/26
			Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	71-2022
			Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,5	Пром.
			Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	73,5	Пром.
			Фрукты свежие (яблоки) ²	100	0,80	0,40	7,50	41	ТК № Д/6
			Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	10-2007
			Итого за рацион питания:	790	34,22	25,81	148,95	951,15	
			Салат зеленый с огурцами ³	100	1,03	6,03	2,14	68,1	18-2017
			Суп - ложка домашняя с филе куриным	250	11,84	8,44	11,52	172	148-2004
Обед	1	2	Бефстроганов	100	15,32	14,12	3,45	202	493-22
			Картофель запеченный с грибами	200	4,10	6,60	32,20	242,0	302-165
			Кисель из ягод смородины	200	0,13	0,04	24,53	117	350-2017
			Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	Пром.
			Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
			Булочка "Борок" ⁴	100	4,37	7,30	35,00	223	471-2003
			Итого за рацион питания:	1050	43,39	44,13	156,84	1251	
			Всего за день:	1840	77,61	69,94	305,79	2202	

Н.М.Полякова

2

Неделя:
День:

4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Питательные вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Салат из свежих помидоров со сладким перцем, зеленью* (90/10)	100	1,31	5,52	4,03	71	027-2017, табл 24-
	Омлет куриный	250	21,17	30,00	5,50	375,8	54-16-2022
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-17-2072
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.
	Хлеб ржаной	100	0,80	0,40	7,50	41	Пром.
	Фрукты свежие (сублимат)*	100	7,70	6,05	46,25	261	1716
	Салат обильный	820	37,18	44,17	105,48	959	43-2008,
	Итого за рацион питания:	100	1,57	4,64	12,46	84	на 3-й день
	Салат из белокочанной капусты с яблоком* (90/10)	260	3,68	4,26	15,85	113	ТК № Д/24
Обед	Борщ "Кубанский" с фасолью со сметаной (250/10)	100	13,36	14,08	3,27	164	246-2017
	Гречка из говядины	200	4,70	6,40	46,70	262,5	54-7-2022
	Уксус приправленный	200	0,60	0,40	32,60	140	389-2017
	Сок натуральный (виноградный)*	50	3,50	1,00	25,00	119,5	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
	Хлеб ржаной	100	0,90	0,10	9,00	44	ТК № Д/6
	Фрукты свежие (абрикосы)*	100	12,30	7,30	38,90	269	410-2007
	Ватрушка с творогом	1150	43,01	38,58	201,78	1280	-
	Итого за рацион питания:	1970	80,19	82,75	307,26	2239	-
	Всего за день:						

2		3		4		5		6		7		8	
Неделя:		День:		Приём пищи		Наименование блюда		Вес блюда, грамм		Пищевые вещества, грамм		Энергетическая ценность, Ккал	
		1				2		3		4		5	
										Белки		Жиры	
												Углеводы	
												6	

Неделя: 3
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Игра карбоновая (собственного производства)*	100	1,40	5,40	9,00	94	71-2004
	Сыр Российский 50% жирности*	30	6,96	8,85	0,00	108	015-2017
	Омлет натуральный	250	21,16	30,00	5,50	375,80	54-10-2022
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	6,70	27,9	54-31-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,80	42	Пром.
	Фрукты свежие (блюда)*	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.
	Сдоба обогащенная	80	6,17	4,84	46,20	209	1143
	Итого за рацион питания:	820	40,39	50,49	106,2	999,7	-
	Салат из моркови с маслом растительным*	100	1,30	4,60	14,80	104	74-2022
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (250г/10)	260	2,30	7,20	13,40	127	110-2004
	Котлета говяжья	110	16,50	24,20	14,32	344	208-2017
	Рис отваренный с кабачками	200	7,30	14,17	35,30	272	ТК № Д/19
	Кисель из ягод смесью (клубника)*	200	0,13	0,04	24,50	117	350-2017
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,5	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,50	4,00	17,28	130	Пром.
	Компот фруктовый из ягод (летние)*	990	35,93	55,61	162,6	1297,55	-
	Итого за рацион питания:	1810	76,32	106,10	268,80	2297	-
	Всего за день:						

Неделя: 3
День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Салат из огурцов соевых с луком*	100	0,85	5,05	2,58	59	021-2017
	Плов из говядины	275	17,21	16,54	43,43	391,80	54-11-2022
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,8	54-21-2022
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,5	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.
	Фрукты свежие (абрикосы)*	100	0,90	0,10	9,00	44	ТК № Д/6
	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,30	38,90	269	410-2007
	Итого за рацион питания:	805	36,76	30,29	138,91	973,2	-
	Салат из белокочанной капусты с яблоком* (90г/10)	100	1,57	4,64	12,46	84	43-2004
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8-2022
Обед	Нагусы куриные	100	13,56	7,55	31,82	234	ТК № Д/1
	Картофель, варенный	180	3,87	13,77	40,05	300	646-2022
	Компот фруктовый	200	0,18	0,04	12,19	51	ТК № Д/23
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	Пром.
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
	Булочка "Борок"	100	4,37	7,30	35,00	223	471-2003
	Итого за рацион питания:	1030	35,45	39,92	199,42	1264,63	-
	Всего за день:	1835	72,21	70,21	338,33	2238	-

Номер: 3
Дата: 3

Продукт питания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	2	3	4	5	6	7	8
		100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022
		10	0,08	0,01	0,13	60	14-2017
		250	19,00	39,15	48,95	536	ТК № Д/12
		200	1,60	1,10	8,70	51	54-411-2022
		40	2,80	0,80	20,00	96	Пром.
		20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.
		100	0,99	0,10	9,50	45	ТК № Д/6
		25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.
		745	26,96	49,18	105,6	989,37	-
Обед	90/10	100	1,92	4,66	8,32	90	ТК № Д/21
		250	11,84	3,44	11,52	172	148-2004
		100	13,36	14,08	3,27	164	246-2017
		200	7,30	10,50	40,60	261	309-2017
		200	0,60	0,00	33,00	136	389-2017
		55	3,85	1,10	27,50	132	Пром.
		40	2,40	0,40	18,00	84	Пром.
		70	5,37	5,89	33,48	207	117
		1015	46,64	45,07	175,69	1246	-
		1760	73,6	94,25	281,29	2227	-

ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):

- замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименования с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача иных фруктов и овощей (свежих или соевых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из любых сушеных овощей, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача сока натурального из разных овощей или ягод или напитков витаминизированных, при условии отсутствия консервантов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из разных видов мяса, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности