

Утверждаю  
 Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1022201»  
 Юсупов А.К.



Утверждаю  
 Генеральный директор  
 АО «КОМПАТ – ГЛОБУС»  
 С.В. Косых  
 2024 г.

АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ, ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ  
 1 неделя

ДЕНЬ: Понедельник  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №1 -завтрак						
Бутерброд горячий с птицей	100	10,76	9,04	25,74	227	акт
Каша молочная рисовая с маслом	200	7,51	7,59	60,1	340	таб 4
Горячий шоколад	200	5,23	4,18	33,97	196	акт
Итого		23,50	20,81	119,81	763	
День №1 -обед						
Овощи по сезону (помидоры)	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Борщ из свежей капусты с картофелем с фрикадельками, сметаной и чесночными пампушками	250	9,46	8,59	27,81	249	110
Бефстроганов	140	24,36	17,22	7,28	284	250
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	213	516
Сок	200			23	92	
Кондитерское изделие	1 шт	2,8	1,2	33,6	156	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		47,06	32,42	157,83	1132	
Итого		70,56	53,23	277,64	1895	

ДЕНЬ: Вторник  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11

лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №2 -завтрак						
Омлет натуральный	225	22,09	10,62	23,36	277	210
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Мучное изделие	75	4,5	21	37,5	352	
Итого		26,79	31,64	75,86	690	
День №2 -обед						
Овощи по сезону (огурцы)	60	0,48		2,04	10	71
Уха рыбацкая	250	9,32	4,37	11,17	125	акт
Нагетсы	100	39,26	16,8	15	366	акт
Пюре картофельное	150	3,26	4,88	22,05	146	520
Напиток фруктовый	200	0,22	0,04	28,59	117	699
Кондитерское изделие	1 шт	2,58	14,75	22,92	235	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		59,02	41,64	128,07	1121	
Итого		85,81	73,28	203,93	1811	

ДЕНЬ: Среда  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11

лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №3 -завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,59	7,77	45,99	289	таб 4
Мучное изделие	50	3,51	5,77	25,79	170	акт
Кисло - молочный продукт	90	6,3	4,5	8,82	91	
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Итого		18,60	18,06	95,60	611	
День № 3 -обед						
Овощи по сезону (помидоры)	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Суп – лапша домашняя с птицей	250	8,68	6,5	13,9	135	148
Люля -кебаб с соусом	120	18,74	9,8	25,31	270	акт
Рис припущенный	150	3,71	4,34	38,92	209	512
Компот из ягод	200	0,16	0,04	25,87	106	акт
Фрукты свежие	200	0,8		25,2	104	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		36,71	21,6	158,26	962	
Итого		55,31	39,66	253,86	1573	

ДЕНЬ: Четверг  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №4 -завтрак						
Тост с сыром	80	12,64	11,52	44	342	5
Запеканка творожная с сиропом	220	27,84	18,48	30,92	408	31
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Итого		40,68	30,02	89,92	811	
День № 4 -обед						
Овощи по сезону (огурцы)	60	0,48		2,04	10	71
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и сметаной	250	6,35	7,97	10,16	148	124
Чахохбили из птицы	140	18,48	11,25	8,03	250	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	213	516
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Фрукты свежие	200	1,8	0,4	16,2	80	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		36,9	24,93	124,25	923	
Итого		77,58	54,95	214,17	1734	

ДЕНЬ: Пятница  
 СЕЗОН: Летний  
 СЕЗОН: Зимне-весенний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №5 - завтрак						
Гамбургер	90	8,16	6,82	29,9	213	акт
Каша молочная Геркулес с маслом и фруктами	250	10,78	11,64	54,96	416	таб 4
Горячий шоколад	200	5,23	4,18	33,97	196	акт
Итого		24,17	22,64	118,83	825	
День № 4 -обед						
Овощи по сезону (помидоры)	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Министрони с овощами, птицей и сырными гренками	250	16,3	9,78	27,25	249	
Мясо по - купечески	270	14,13	39,74	34,4	558	акт
Сок	200			23	92	
Кондитерское изделие	1 шт	1,35	6,6	19,5	144	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		36,4	57,04	133,21	1181	
Итого		60,57	79,68	252,04	2006	

Среднее значение за период 54,45 49,17 197,494 1457

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню

Утверждаю  
 Директор АО «КШП - Глобус»  
 Лисина А.А.



Утверждаю  
 Генеральный директор  
 АО «КШП - Глобус»



« 18 »

АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС»

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ, ДВА РАЗА В НЕДЕЛЮ  
 ПИТАНИЕ  
 2 неделя

ДЕНЬ: Понедельник  
 НЕДЕЛЯ: Вторая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до  
 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №1 -завтрак						
Горячий бутерброд с начинкой	100	13,1	12,14	32,3	282	акт
Макароны, запеченные с сыром	200	11,6	17,2	46,6	396	334
Горячий шоколад	200	5,23	4,18	33,97	196	акт
Итого		29,93	33,52	112,87	874	
День №1 -обед						
Овощи по сезону (помидоры)	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Борщ из свежей капусты с картофелем с фрикадельками, сметаной и чесночными пампушками	250	9,46	8,59	27,81	249	110
Мясо в кисло - сладком соусе	120	13,8	10,28	5,88	162	акт
Рис припущенный	150	3,71	4,34	38,92	209	512
Сок	200			23	92	
Кондитерское изделие	1 шт	0,83	4,24	18,79	117	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		32,42	28,37	143,46	967	
Итого		62,35	61,89	256,33	1841	

ДЕНЬ: Вторник  
 НЕДЕЛЯ: Вторая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до  
 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №2 -завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,59	7,77	45,99	289	таб 4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Мучное изделие	75	4,5	21	37,5	352	
Фрукты свежие	200	0,8		25,2	104	
Итого		14,09	28,79	123,69	806	
День №2 -обед						
Овощи по сезону (огурцы)	60	0,48		2,04	10	71
Суп – лапша домашняя с птицей	250	8,68	6,5	13,9	135	148
Мясо по - французски	300	22	28,7	27,5	465	акт
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Кондитерское изделие	1 шт	2,8	1,2	33,6	156	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		37,93	37,22	127,78	988	
Итого		52,02	66,01	251,47	1794	

ДЕНЬ: Среда  
 НЕДЕЛЯ: Вторая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до  
 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №3 -завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	200	7,51	7,59	60,1	340	таб 4
Мучное изделие	70	5,53	2,6	36,44	193	744
Кисло - молочный продукт	90	6,3	4,5	8,82	91	
Горячий шоколад	200	5,23	4,18	33,97	196	акт
Итого		24,57	18,87	139,33	820	
День № 3 -обед						
Овощи по сезону (помидоры)	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Суп из овощей со сметаной и мясом	250	5,81	7,07	12,56	146	135
Котлеты натуральные из птицы	110	35,64	6,49	0,55	207	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	213	516
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Кондитерское изделие	1 шт	1,35	6,6	19,5	144	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		53,44	25,59	113,75	909	
Итого		78,01	44,46	253,08	1729	

ДЕНЬ: Четверг  
 НЕДЕЛЯ: Вторая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до  
 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №4 -завтрак						
Горячий бутерброд	70	8,5	12	18,65	193	акт
Мини сырники из творога с соусом	230	37,52	13,66	27,41	457	358
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Итого		46,22	25,68	61,06	711	
День № 4 -обед						
Овощи по сезону (огурцы)	60	0,48		2,04	10	71
Уха рыбацкая	250	9,32	4,37	11,17	125	акт
Поджарка из мяса	100	15,38	49,54	5,69	530	251
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	279	508
Напиток фруктовый	200	0,22	0,04	28,59	117	699
Фрукты свежие	200	0,8		25,2	104	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		38,8	62,55	141,59	1287	
Итого		85,02	88,23	202,65	1998	

ДЕНЬ: Пятница  
 НЕДЕЛЯ: Вторая  
 СЕЗОН: Летний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до  
 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №5 - завтрак						
Каша молочная Геркулес с маслом	200	10,18	11,64	54,96	366	таб 4
Мучное изделие	120	3,6	3	33,6	34	
Горячий шоколад	200	5,23	4,18	33,97	196	акт
Итого		19,01	18,82	122,53	596	
День № 4 -обед						
Овощи по сезону (помидоры)	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Бульон с птицей, гренками и яйцом	250	7,89	3,05	16	130	акт
Бифштекс, запеченный с помидорами	90	18,46	12,29	0,92	197	акт
Пюре картофельное	150	3,26	4,88	22,05	146	520
Фрукты свежие	200	1,8	0,4	16,2	80	
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	16,5	72	
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		36,23	21,56	99,23	752	
Итого		55,24	40,38	221,76	1348	

Среднее значение за период

49,524 42,548 196,528 1342,4

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4. п.8.1.5 возможные изменения в меню