

Заместитель начальника отдела
санитарного надзора Управления

Управление
Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
355008, г. Ставрополь, пер. Фадеева, 4

Начальник управления образования администрации Грачевского муниципального округа СК

« _____ (И. В. Ширинян) 2024 год

Генеральный директор ООО «Северная Пальмира»

«Северная Пальмира» (В. С. Цормутян)
2024 год

ПРИМЕРНОЕ 15-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ЛАГЕРЯХ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД ЛЕТНИХ КАНИКУЛ 2024 ГОДА ГРАЧЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ:

МКОУ «СОШ№1» с. Грачевка, МКОУ «СОШ№3» с. Кугульта, МКОУ «СОШ№5» с. Сергиевское, филиал МКОУ «СОШ№6» п. Новоспицевский, МКОУ «СОШ№7» с. Старомарьевка, МКОУ «СОШ№8» с. Тугулук, МКОУ «СОШ №9» п. Верхняя Кугульта, МКОУ «СОШ№10» х. Октябрь.

Меню составлено на основании:

- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005 года издания;
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 года издания;
- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2014 года издания;
- сборника методических указаний организации питания в дошкольных образовательных учреждениях, 2007 год издания.

рецептуры	Наименование блюд	Масса порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
							K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
1 неделя																
	1 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
174/2005	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом сливочным	200/10	11,954	4,402	83,06	151,628	169,8	138,54	15,9	90	1,952	0	0,2565	0	0	2,572
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Мороженное сливочное Пломбир без растительных добавок	1 шт./80	3	11	24	210,00	144	141,3	18,7	101,3	0,18	0,08	0,03	0,19	0,09	0,36
г/п	Хлеб ржаной	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб пшеничный	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	570	22,959	29,832	149,76	653,778	429,95	458,49	60,45	333,85	3,597	0,1115	0,2865	0,247	0,843	6,152
	ОБЕД															
82/2005	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,955	5,90	13,83	115,00	368,25	37,89	24,95	53,10	1,03	0,01	0,00	0,01	0,40	20,87
305/2014	Котлета рубленная из птицы	90	20,0649	2,0845	35,0266	143,911	227,634	12,171	66,831	135,124	1,3456	46,48	0,0465	0,046	7,5052	1,1952
309/2005	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/7	11,419	0,762	88,787	207,18	77,18	11,19	11,09	53,07	0,732	0	0	0	0	0
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,4	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
	Итого за обед	855	38,9689	14,5065	191,8836	749,231	929,964	89,851	140,571	322,394	4,9376	46,488	0,084	0,076	8,9702	37,3002
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1425	61,9279	44,3385	341,6436	1403,009	1359,914	548,341	201,021	656,244	8,5346	46,599	0,3705	0,323	9,8132	43,4522
	2 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
401/2005	Оладьи с повидлом	200/80	15,1248	17,052	138,662	766,938	455,76	161,37	69,968	237,518	3,648	0,02	0,2321	0,24	1,456	1,7
382/2005	Какао с молоком	200	3,77	3,80	25,07	145,36	206,96	125,52	31,00	116,20	0,98	0,14	0,04	0,16	0,17	1,30
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./200	0,80	0,80	19,60	94,00	556,00	32,00	18,00	22,00	4,40	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,16	5,40	7,47	39,30	19,05	3,90	5,25	12,45	0,24	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,10	5,10	6,15	18,00	0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

102/2005	Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	5,64	20,61	151,05	475	29	35	88,0	2	0	0	0	1	12
279/2005	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанным с луком	90/70	13,0985	16,35	13,9476	261,008	300,401	43,544	22,76	112,646	1,2122	0,0242	0,0198	0,098	2,0361	4,1483
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180/7	8,75	5,075	50,351	274,47	1,61	1,54	0,21	194,53	4,69	0	0	0	0	0
372/2014	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	4
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
	Итого за обед	920	31,9465	32,991	143,1746	960,865	1153,811	109,504	99,87	481,456	10,609	0,0242	0,0576	0,123	3,8376	35,8983
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	53,8	60,2	339,1	2033,6	2405,7	437,4	230,2	887,6	20,2	0,2	0,3	0,5	5,7	58,9
	3 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
183/2005	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200/10	16,21	5,93	103,508	240,24	273,58	196,42	60,7	245,2	3,2	0	0	0	1,676	1,82
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
178/2005	Чай с молоком	200	1,5	1,6	17,35	86,6	85,9	62,9	9,2	49,1	0,4	0	0	0	0	0,65
410/2005	Ватрушка с повидлом	75	387,324	1591,746	2892,664	630,721	313,946	1112,055	12,4334	2,9515	0,1478	0,1372	8,4695	70,88	170,16	0
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	565	30,7812	23,10015	200,895	801,3885	574,504	450,771	116,186	495,555	6,1544	0,0315	0	0,057	2,506	3,04
	ОБЕД															
108/2005	Суп картофельный с клецками	250/65	4,93	6,28	24,97	177,7	411,01	56,94	30,65	103	1,01	0	0,09	0,035	0,99	11,9
229/2005	Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	90/50	19,747	6,066	7,338	164,72	631,25	71,09	80,51	312,12	1,492	2,92	0,02	0,02	1,897	4,95
125/2005	Картофель отварной с маслом сливочным	180/10	10,75	0,83	94,625	137,05	996,2	17,8	42,15	101,5	1,575	0	0	0	2,275	35
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
	Итого за обед	900	40,975	18,942	181,299	763,207	2304,06	174,85	191,61	598,5	5,934	2,92	0,1478	0,08	5,9635	67,84
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1465	71,7562	42,04215	382,194	1564,5955	2878,564	625,621	307,796	1094,055	12,088	2,9515	0,1478	0,137	8,4695	70,88

ЗАВТРАК																
210/2005	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	21,15	10,342	93,95	146,22	158,88	80,42	16,46	180,6	2	0	0	0	0	0,39
50/2009	Консервы овощные закусочные икра кабачковая (порции)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	189	24,6	9	22,2	0,42	0	0	0	0	4,2
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, яблоко-виноград, мультифрукт)	1 шт./200	0	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
г/п	Фрукты свежие (апельсин) калиброванный	1 шт./200	1,8	0,4	16,2	86,00	394	68,0	26,0	46,0	0,6	0	0	0	0,4	120,00
Итого за завтрак		606	26,235	21,862	147,57	462,07	1015,03	196,02	70,86	293,25	6,405	0	0	0	1,031	128,59
ОБЕД																
88/2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,9061	5,1482	10,2224	96,41	400,919	30,805	22,529	49,065	0,3838	0	0	0	0,6552	28,95
291/2005	Плов из птицы	90/270	31,02	22,44	47,69	561,00	434,61	43,22	46,75	250,15	3,66	48,96	0,17	0,27	10,80	3,60
71/2005	Овощи натуральные свежие (огурец)	60	0,378	0,126	2,646	12,537	182,7	8,82	12,6	16,38	0,567	0	0,0378	0,025	0,0315	15,75
354/2005	Кисель из сухофруктов	200	0,048	0,048	31,496	122,76	35,28	5,6	1,08	7,48	0,264	0	0,0036	0,002	1,236	0
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
Итого за обед		855	38,52	33,40	123,80	959,91	1135,81	108,24	108,66	388,57	6,14	48,96	0,21	0,30	13,50	48,30
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1461	64,75	55,26	271,37	1421,98	2150,84	304,26	179,52	681,82	12,54	48,96	0,21	0,30	14,53	176,89
5 ДЕНЬ																
ЗАВТРАК																
173/2005	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	200/10	14,89	6,058	98,832	217,24	148,38	143,3	78,38	249,72	3,432	0	0,198	0,044	0,44	1,3
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдк 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
377/2005	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0	15,2	60	24,3	5,7	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,155	5,4	7,47	39,3	19,05	3,9	5,25	12,45	0,24	0	0	0	0,231	0
г/п	Хлеб ржаной	20	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
г/п	Изделие кондитерское (зефир)	50	0	0	39,9	162	23	12,5	3	6	0,7	0	0	0	0	0
Итого за завтрак		550	23,61	20,55	185,63	693,54	298,58	337,45	111,03	408,42	5,79	0,03	0,20	0,10	1,27	4,52
ОБЕД																
96/2005	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,08	6,1	17,29	138,55	482,2	20,2	50,5	29,98	0,41	0,09	0	0	1,15	16,75

309/2005	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/7	11,419	0,762	88,787	207,18	77,18	11,19	11,09	53,07	0,732	0	0	0	0	0
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,4	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
	Итого за обед	925	44,3976	37,7942	163,477	966,394	1221,126	72,534	212,938	389,728	4,8612	89,55	0,036	0,024	16,005	35,4904
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1475	68,01	58,34	349,11	1659,93	1519,71	409,98	323,97	798,15	10,65	89,58	0,23	0,13	17,27	40,01
2 неделя																
	6 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															
182/2005	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200/10	13,956	4,353	96,039	186,89	200,15	142,12	46,28	182,38	2,48	0	0	0	1,2989	1,3
3/2005	Бутерброд с маслом сливочным мдж 72,5% и сыром Российским	30/5/15	5,76	8,85	14,9	165,7	58,7	163,95	11,45	106,5	0,48	0,0315	0	0,057	0,522	0,42
178/2005	Чай с молоком	200	1,5	1,6	17,35	86,6	85,9	62,9	9,2	49,1	0,4	0	0	0	0	0,65
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванные	1 шт./200	0,80	0,80	19,60	94,00	556,00	32,00	18,00	22,60	4,40	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00
г/п	Хлеб пшеничный	15	1,16	5,40	7,47	39,30	19,05	3,90	5,25	12,45	0,24	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00
г/п	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,15	14,1	5,1	6,15	18	0,345	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	690	24,161	21,183	160,489	599,64	933,9	409,97	96,43	390,43	8,345	0,0315	0	0,057	2,0519	22,37
	ОБЕД															
82/2005	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,955	5,90	13,83	115,00	368,25	37,89	24,95	53,10	1,03	0,01	0,00	0,01	0,40	20,87
305/2014	Котлета рубленая из птицы	90	20,0649	2,0845	35,0266	143,911	227,634	12,171	66,831	135,124	1,3456	46,48	0,0465	0,046	7,5052	1,1952
312/2005	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/7	3,836	6,555	26,462	180,51	915,75	49,34	39,41	114,95	1,386	0	0	0	2,002	31,151
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	19,98	104	0,6	0,4	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
71/2005	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,4	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,4	24,9	131	63,5	13	17,5	41,5	0,8	0	0	0	0,77	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
	Итого за обед	855	31,3859	20,2995	129,5586	722,561	1768,534	128,001	168,891	384,274	5,5916	46,488	0,084	0,076	10,972	68,4512
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1545	55,5469	41,4825	290,0476	1322,201	2702,434	537,971	265,221	774,704	13,937	46,519	0,084	0,133	13,024	90,8212
	7 ДЕНЬ															
	ЗАВТРАК															