

Составлено
 Директор
 "СШ № 1" М.А. Косых



УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор
 АО "КШП - Глобус"
 С.В. Косых

05 2026 г.

АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ГЛОБУС"
 ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ.
 ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ
 I неделя
 ПРОФИЛЬНЫЕ СМЕНЫ

ДЕНЬ: Понедельник
 НЕДЕЛЯ: Первая
 СЕЗОН: Летний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №1 -завтрак						
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	17	71
Чахохбили из птицы	100	14,56	8,03	5,73	179	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Сок	200			24	96	389
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
	610	24,59	14,02	92,03	619	

ДЕНЬ: Вторник
 НЕДЕЛЯ: Первая
 СЕЗОН: Летний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №2 -завтрак						
Овощи по сезону	100	1,2	0,2	4,6	27	71
Полжарка из мяса	100	11,24	23,4	1,97	263	251
Пюре картофельное	180	3,92	5,86	26,46	196	520
Напиток фруктовый	200	0,22	0,044	28,59	117	699
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого	610	18,83	30,104	76,02	675	

ДЕНЬ: Среда

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №3 -завтрак						
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	17	71
Медальоны из птицы	100	15,85	11,41	8,57	208	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Сок	200			24	96	389
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого	610,00	23,36	17,21	97,07	644	

ДЕНЬ: Четверг

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №4 -завтрак						
Запеканка творожная с соусом	270	29,61	13,14	24,88	347	31
Булочка домашняя	80	6	10,56	48,72	315	769
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Итого	550	35,87	23,73	88,85	726	

ДЕНЬ: Пятница

СЕЗОН: Летний

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №5 - завтрак						
Овощи по сезону	100	1,2	0,2	4,6	27	71
Мясо в кисло-сладком соусе	100	5,3	13,4	5,2	163	акт
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	9,36	51,12	335	508
Сок	200			24	96	389
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		19,19	23,56	99,32	693	

Среднее значение за период

24,368 21,7248 90,658 671

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

Сотисована
Директор
Мамбеева



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АО «КШП – Глобус»
С.В. Косых
05.2026 г.

АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ГЛОБУС"
ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ,
ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ
2 недели
ПРОФИЛЬНЫЕ СМЕНЫ

ДЕНЬ: Понедельник

ПЕДЕЛИЯ: Вторая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рен.
		Б	Ж	У		
День №1 -завтрак						
Овощи по сезону	100	1,2	0,2	4,6	27	71
Плов с мясом	280	26,39	18,96	41,8	460	256
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
		30,04	19,78	75,8	620	

ДЕНЬ: Вторник

ПЕДЕЛИЯ: Вторая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рен.
		Б	Ж	У		
День №2 -завтрак						
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	17	71
Наггетсы	100	21,48	11,76	10,5	204	акг
Пюре картофельное	180	3,92	5,86	26,46	196	520
Напиток фруктовый	200	0,22	0,044	28,59	117	699
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		28,67	18,264	83,35	606	

ДЕНЬ: Среда

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №3 -завтрак						
Овощи по сезону	100	1,2	0,2	4,6	27	71
Гуляш	100	11,24	12,03	2,89	166	260
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	акт
Итого		21,87	18,24	81,39	581	

ДЕНЬ: Четверг

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше						
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №4 -завтрак						
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	17	71
Омлет натуральный	180	17,8	17,21	18,85	304	210
Сырники с соусом	60	7,14	3,13	15,75	118	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Итого		28,94	21,16	72,2	596	

ДЕНЬ: Пятница

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Летний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
День №5 - завтрак						
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	17	71
Бифштекс, запеченный с помидорами	100	11,86	22,7	7,98	255	акг
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	9,36	51,12	335	508
Напиток из кураги (горячий)	200	0,6	0,06	27,79	124	акг
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		25,95	32,72	104,69	803	

Среднее значение за период

27,094 22,0328 83,486 641

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