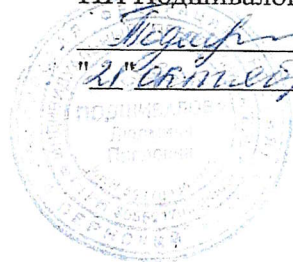


**УТВЕРЖДАЮ:**

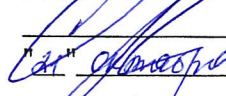
ИП Подшивалова Л.П.

 /Л.П. Подшивалова/  
"21" сентября 2026 г.



**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ "Ординская СОШ"

 /О.Н. Сарапульцева /  
"21" сентября 2026 г.



**Меню**  
**для школьников**  
**(лагерь с дневным пребыванием)**

Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2013 год, 2018 год, 2021 год

| День 1   |                            |       |      |                     |       |        |               |          |        |        |        |                          |        |        |        |
|----------|----------------------------|-------|------|---------------------|-------|--------|---------------|----------|--------|--------|--------|--------------------------|--------|--------|--------|
| N рец.   | Наименование блюда         | Выход | Цена | Пищевые вещества, г |       |        | Калории, ккал | Витамины |        |        |        | Минеральные вещества, мг |        |        |        |
|          |                            |       |      | Белки               | Жиры  | Углев. |               | В1, мг   | В2, мг | С, мг  | А, мкг | Са                       | Р      | Mg     | Fe     |
| Обед     |                            |       |      |                     |       |        |               |          |        |        |        |                          |        |        |        |
| 128/2021 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ         | 250   |      | 2,50                | 3,85  | 11,12  | 89,25         | 0,06     | 0,02   | 0,40   | 26,00  | 16,00                    | 28,40  | 6,80   | 0,41   |
| 367/2018 | КУРА В СОУСЕ С ТОМАТОМ     | 100   |      | 14,99               | 23,94 | 7,39   | 242,00        | 0,10     | 0,14   | 67,65  | 4,71   | 48,41                    | 149,97 | 21,15  | 1,38   |
| 202/2021 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180   |      | 10,47               | 9,42  | 47,34  | 315,61        | 0,36     | 0,36   | 47,79  | 0,00   | 23,90                    | 249,57 | 165,98 | 165,98 |
|          | СОК ФРУКТОВЫЙ              | 200   |      | 0,60                | 0,10  | 20,10  | 84,00         | 0,01     | 0,01   | 0,20   | 0,00   | 20,10                    | 19,20  | 14,40  | 0,69   |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 31    |      | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 141,00        | 0,07     | 0,02   | 0,00   | 0,00   | 12,00                    | 39,00  | 8,40   | 0,66   |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 31    |      | 2,67                | 0,40  | 14,01  | 70,34         | 0,07     | 0,03   | 0,00   | 0,00   | 8,68                     | 42,16  | 16,74  | 1,12   |
| Итого:   |                            |       |      | 35,79               | 38,19 | 129,48 | 942,20        | 0,67     | 0,58   | 116,04 | 30,71  | 129,09                   | 528,30 | 233,47 | 170,24 |

| День 2   |                          |       |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |       |      |
|----------|--------------------------|-------|------|---------------------|-------|--------|---------------|----------|--------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.   | Наименование блюда       | Выход | Цена | Пищевые вещества, г |       |        | Калории, ккал | Витамины |        |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|          |                          |       |      | Белки               | Жиры  | Углев. |               | В1, мг   | В2, мг | С, мг | А, мкг | Ca                       | P      | Mg    | Fe   |
| Обед     |                          |       |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |       |      |
| 100/2021 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200   |      | 2,10                | 4,08  | 10,60  | 87,60         | 0,07     | 0,07   | 5,68  | 0,00   | 13,40                    | 48,80  | 20,40 | 0,68 |
| 261/2021 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ         | 210   |      | 10,30               | 12,40 | 41,20  | 318,00        | 0,07     | 0,07   | 0,00  | 78,00  | 112,00                   | 117,00 | 17,00 | 1,53 |
|          | МАННИК                   | 30    |      | 0,00                | 0,00  | 0,00   | 89,50         | 0,00     | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00                     | 0,00   | 0,00  | 0,00 |
| 457/2021 | ЧАЙ С САХАРОМ            | 200   |      | 0,20                | 0,10  | 9,30   | 38,00         | 0,00     | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 5,10                     | 7,70   | 4,20  | 0,82 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ           | 31    |      | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 141,00        | 0,07     | 0,02   | 0,00  | 0,00   | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ              | 31    |      | 2,67                | 0,40  | 14,01  | 70,34         | 0,07     | 0,03   | 0,00  | 0,00   | 8,68                     | 42,16  | 16,74 | 1,12 |
| Итого:   |                          |       |      | 19,83               | 17,46 | 104,63 | 744,44        | 0,28     | 0,19   | 5,68  | 78,00  | 151,18                   | 254,66 | 66,74 | 4,81 |

| День 3   |                                          |       |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |        |      |
|----------|------------------------------------------|-------|------|---------------------|-------|--------|---------------|----------|--------|-------|--------|--------------------------|--------|--------|------|
| N рец.   | Наименование блюда                       | Выход | Цена | Пищевые вещества, г |       |        | Калории, ккал | Витамины |        |       |        | Минеральные вещества, мг |        |        |      |
|          |                                          |       |      | Белки               | Жиры  | Углев. |               | В1, мг   | В2, мг | С, мг | А, мкг | Ca                       | Р      | Mg     | Fe   |
| Обед     |                                          |       |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |        |      |
| 148/2018 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                            | 30    |      | 0,42                | 0,06  | 1,14   | 6,26          | 0,01     | 0,01   | 1,40  | 0,00   | 7,12                     | 12,12  | 5,64   | 0,20 |
| 129/2021 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250   |      | 2,90                | 4,15  | 12,20  | 97,75         | 0,06     | 0,06   | 3,80  | 2,12   | 16,00                    | 46,75  | 17,00  | 0,81 |
| 372/2021 | КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ                | 100   |      | 19,88               | 17,89 | 10,65  | 282,58        | 0,09     | 0,09   | 0,85  | 72,42  | 48,28                    | 181,76 | 24,14  | 1,80 |
| 377/2021 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 180   |      | 4,86                | 7,20  | 10,44  | 126,00        | 0,14     | 0,14   | 4,32  | 36,00  | 45,00                    | 88,20  | 28,80  | 0,98 |
| 495/2021 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200   |      | 0,60                | 0,10  | 20,10  | 84,00         | 0,01     | 0,01   | 0,20  | 0,00   | 20,10                    | 19,20  | 14,40  | 0,69 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 31    |      | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 141,00        | 0,07     | 0,02   | 0,00  | 0,00   | 12,00                    | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 31    |      | 2,67                | 0,40  | 14,01  | 70,34         | 0,07     | 0,03   | 0,00  | 0,00   | 8,68                     | 42,16  | 16,74  | 1,12 |
| Итого:   |                                          |       |      | 35,89               | 30,28 | 98,06  | 807,93        | 0,45     | 0,36   | 10,57 | 110,54 | 157,18                   | 429,19 | 115,12 | 6,26 |

| День 4   |                              |        |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |       |       |
|----------|------------------------------|--------|------|---------------------|-------|--------|---------------|----------|--------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|-------|
| № рец.   | Наименование блюда           | Выход  | Цена | Пищевые вещества, г |       |        | Калории, ккал | Витамины |        |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |       |
|          |                              |        |      | Белки               | Жиры  | Углев. |               | В1, мг   | В2, мг | С, мг | А, мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe    |
| Обед     |                              |        |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |       |       |
| 95/2021  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250    |      | 1,47                | 3,53  | 5,55   | 84,00         | 0,02     | 0,02   | 6,40  | 0,00   | 29,40                    | 39,20  | 18,60 | 0,87  |
| 339/2021 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ  | 100    |      | 17,60               | 12,30 | 15,00  | 243,00        | 0,16     | 0,16   | 0,00  | 4,00   | 53,00                    | 173,00 | 26,00 | 2,80  |
| 256/2021 | ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ           | 150    |      | 5,55                | 4,95  | 29,55  | 184,50        | 0,06     | 0,04   | 0,00  | 31,50  | 12,00                    | 45,00  | 7,50  | 1,05  |
| 82/2021  | ЯБЛОКО                       | 100    |      | 0,60                | 0,60  | 14,70  | 66,00         | 0,04     | 0,04   | 10,50 | 0,00   | 24,15                    | 16,50  | 13,50 | 3,31  |
| 494/2021 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА              | 200    |      | 0,30                | 0,01  | 17,50  | 72,00         | 0,00     | 0,00   | 0,10  | 0,00   | 16,40                    | 10,70  | 4,30  | 0,90  |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 31     |      | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 141,00        | 0,07     | 0,02   | 0,00  | 0,00   | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66  |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 31     |      | 2,67                | 0,40  | 14,01  | 70,34         | 0,07     | 0,03   | 0,00  | 0,00   | 8,68                     | 42,16  | 16,74 | 1,12  |
|          |                              | Итого: |      | 32,75               | 22,27 | 125,83 | 860,84        | 0,42     | 0,31   | 17,00 | 35,50  | 155,63                   | 365,56 | 95,04 | 10,71 |

**День 5**

| ДЕНЬ 5   |                            |       |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |       |      |
|----------|----------------------------|-------|------|---------------------|-------|--------|---------------|----------|--------|-------|--------|--------------------------|--------|-------|------|
| N рец.   | Наименование блюда         | Выход | Цена | Пищевые вещества, г |       |        | Калории, ккал | Витамины |        |       |        | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|          |                            |       |      | Белки               | Жиры  | Углев. |               | B1, мг   | B2, мг | C, мг | A, мкг | Ca                       | P      | Mg    | Fe   |
| Обед     |                            |       |      |                     |       |        |               |          |        |       |        |                          |        |       |      |
| 131/2021 | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ      | 200   |      | 4,64                | 4,76  | 13,72  | 116,20        | 0,09     | 0,09   | 6,52  | 30,00  | 95,60                    | 111,60 | 29,40 | 0,86 |
| 579/2021 | ГРЕНКИ ИЗ ХЛЕБА ПШЕНИЧНОГО | 20    |      | 1,70                | 2,16  | 13,34  | 79,60         | 0,02     | 0,02   | 0,00  | 0,00   | 4,40                     | 16,00  | 2,80  | 0,26 |
| 375/2021 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ              | 210   |      | 12,87               | 8,57  | 1,04   | 233,38        | 0,03     | 0,03   | 0,00  | 15,68  | 20,91                    | 91,04  | 29,30 | 0,73 |
|          | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ       | 30    |      | 0,00                | 0,00  | 0,00   | 89,50         | 0,00     | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 0,00                     | 0,00   | 0,00  | 0,00 |
| 459/2021 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ              | 200   |      | 0,30                | 0,10  | 9,50   | 40,00         | 0,00     | 0,00   | 0,00  | 0,00   | 5,10                     | 7,70   | 4,20  | 0,82 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 31    |      | 4,56                | 0,48  | 29,52  | 141,00        | 0,07     | 0,02   | 0,00  | 0,00   | 12,00                    | 39,00  | 8,40  | 0,66 |
| 109/2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 31    |      | 2,67                | 0,40  | 14,01  | 70,34         | 0,07     | 0,03   | 0,00  | 0,00   | 8,68                     | 42,16  | 16,74 | 1,12 |
|          | Итого:                     |       |      | 26,74               | 16,47 | 81,13  | 770,02        | 0,28     | 0,19   | 6,52  | 45,68  | 146,69                   | 307,50 | 90,84 | 4,45 |