ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Документ отправлен на официальный сайт: gaspra2.crimeaschool.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ГАСПРИНСКАЯ НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА № 2" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ГОРОД-КУРОРТ ЯЛТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Действителен с: с 15.01.2026, 11:31
Действителен до: до 10.04.2027, 11:31
Ключ подписи: 418C93719E554B3EAB9A6A23E3A619B9

СОГЛАСОВАНО:
Директор
МБОУ "ГНШ № 2 "
_____Г.Г.Салтыкова

УТВЕРЖДАЮ:
Никитин Алексей Владимирович (ИП)
_____А.В.Никитин

Основное примерное 10-тидневное меню организованного двухразового горячего питания учащихся в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным прибыванием на базе МБОУ "Гаспринская НШ №2" на 2026 год.

Возрастная категория: 7-11 лет.

№ рец.*	Прием пищи, наименование блюда**	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	День № 1 - завтрак					
181	Каша молочная манная	220	6,11	10,72	42,36	291
3	Бутерброд с сыром	50	14,77	10,34	23,55	234
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,75	0,74	28,20	134
	День № 1 - обед					
24	Салат из помидоров и огурцов	70	0,67	4,24	2,13	49
96	Рассольник по-ленинградски	250	2,02	5,09	11,98	107
265	Плов из мяса	250	21,03	46,95	43,15	680
349	Компот из с/фруктов	200	0,67	0,09	32,01	133
ПР	Фрукты, ягоды (по сезону)	150	1,20	0,60	11,25	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 1 день		59,21	79,69	256,63	1972
	День № 2 - завтрак					
62	Салат из моркови с сахаром	70	0,86	0,06	8,03	57
ПР	Блины с повидлом	150/30	7,85	4,65	68,40	359
378	Чай с молоком	150/50	1,52	1,35	15,90	81
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,75	0,74	28,20	134
	День № 2 - обед					
49	Салат витаминный	70	1,10	4,21	6,15	67
101	Суп картоф. с гречкой	250	1,97	2,71	12,11	86
294/332	Котлета куриная с соусом	100	8,66	11,02	11,42	180
309	Макароны отварные	200	7,36	6,02	35,26	225
389	Сок плодово-ягодный	200	1,00	0,00	20,20	85
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
ПР	Фрукты, ягоды (по сезону)	150	1,20	0,60	11,25	62
	Итого 2 день		44,19	32,26	263,92	1558
	День № 3 - завтрак					
188	Запеканка с творогом со сл. соусс	150/50	8,50	9,84	75,32	385
338	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	71
376	Чай фруктовый	200	0,07	0,02	15,00	60
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134

1	2	3	4	5	6	7
	День № 3 - обед					
27	Салат из помид.со сл.перцем	70	0,77	4,25	2,62	52
82	Борщ со сметаной	250/5	1,92	5,92	11,10	114
289	Рагу из кур	300	21,53	20,09	26,06	372
350	Кисель из св. фруктов	200	0,11	0,01	25,10	119
ПР	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75
ПР	Булка сдобная	50	3,88	2,36	23,55	131
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 3 день		54,40	48,48	274,65	1735
	День № 4 - завтрак					
ПР	Икра кабачковая	70	1,33	6,23	5,39	55
210	Омлет натуральный	115	10,78	19,20	2,04	224
309	Вермишель отварная	150	5,52	4,52	26,44	168
377	Чай с сахаром, лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134
	День № 4 - обед					
20	Салат из свежих огурцов	70	0,53	4,21	1,64	47
102	Суп картоф. с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148
279/331	Тефтели в соусе	110	6,88	16,49	9,99	226
303	Каша гречневая вязкая	200	6,11	6,68	27,36	194
342	Компот из св. фруктов	200	0,16	0,16	27,88	115
ПР	Фрукты, ягоды (по сезону)	150	1,20	0,60	11,25	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 4 день		50,80	65,02	218,92	1657
	День № 5 - завтрак					
45	Салат из капусты	70	0,92	2,27	4,53	43
204	Макароны отварные с сыром	175	10,35	10,17	31,96	261
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134
	День № 5 - обед					
29	Салат из сырых овощей	70	0,76	4,23	2,64	52
88	Щи со сметаной	250/5	1,90	5,95	8,07	100
238/331	Рыба(филе) с соусом	100	7,27	7,03	11,38	138
310	Картофель отварной	150	2,85	4,32	57,53	142
388	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88
ПР	Мороженое	100	3,70	10,00	19,70	183
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 5 день		41,23	45,91	246,97	1425
	День № 6 - завтрак					
182	Каша молочная овсяная	220	9,04	13,44	50,14	358
3	Бутерброд с сыром	50	14,77	10,34	23,55	234
376	Чай с сахарм	200	0,07	0,02	15,00	60
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134
	День № 6 - обед					
27	Салат из помид.со сл.перцем	70	0,77	4,25	2,62	52
103	Суп картоф. с макаронами	250	2,69	2,84	17,46	118
291	Плов из кур	250	21,18	13,08	44,67	382
349	Компот из с/фруктов	200	0,67	0,09	32,01	133
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
ПР	Фрукты, ягоды (по сезону)	150	1,20	0,60	11,25	62
	Итого 6 день		63,06	46,30	271,90	1755

1	2	3	4	5	6	7
	День № 7 - завтрак					
49	Салат витаминный	70	1,10	4,21	6,15	67
215	Омлет паровой	115	11,34	19,78	2,94	236
303	Каша Артек вязкая	150	4,00	4,24	24,56	152
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134
	День № 7 - обед					
56	Салат овощной с яблоками	70	0,81	0,13	5,04	25
101	Суп картоф. с крупой	250	1,97	2,71	12,11	86
294/332	Котлета куриная с соусом	100	8,66	11,02	11,42	180
309	Вермишель отварная	200	7,36	6,02	35,26	225
ПР	Фрукты, ягоды (по сезону)	150	1,20	0,60	11,25	62
389	Сок плодово-ягодный	200	1,00	0,00	20,20	85
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 7 день		50,24	50,37	219,33	1536
	День № 8 - завтрак					
184	Крупенник с повидлом	150/50	13,18	7,35	67,59	386
376	Чай фруктовый	200	0,07	0,02	15,00	60
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134
338	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	71
	День № 8 - обед					
71	Овощи свежие натуральные	70	0,49	0,07	1,33	8
82	Борщ со сметаной	250/5	1,92	5,92	11,10	114
259	Жаркое по-домашнему	300	21,09	50,57	28,42	657
388	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
ПР	Булка сдобная	50	3,88	2,36	23,55	131
ПР	Кисломолочный напиток	150	4,35	3,75	6,00	75
	Итого 8 день		58,93	72,56	263,65	1946
	День № 9 - завтрак					
62	Салат из моркови с сахаром	70	0,86	0,06	8,03	57
ПР	Блины с повидлом	150/30	7,85	4,65	68,40	359
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	3,75	0,74	28,20	134
	День № 9 - обед					
27	Салат из помид.со сл.перцем	70	0,77	4,25	2,62	52
102	Суп картоф. с горохом	250	5,49	5,27	16,53	148
268/333	Биточек в соусе	100	7,26	16,49	10,55	221
302	Каша пшенная вязкая	200	5,58	6,68	31,92	210
350	Кисель из св. фруктов	200	0,11	0,01	25,10	119
ПР	Фрукты, ягоды (по сезону)	150	1,20	0,60	11,25	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 9 день		43,96	42,33	265,55	1685
	День № 10 - завтрак					
ПР	Горошек зеленый консервир.	50	1,55	0,10	3,25	20
204	Макароны отварные с сыром	175	10,35	10,17	31,96	261
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,20	62
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	30/30	4,75	0,74	28,20	134

1	2	3	4	5	6	7
	День № 10 - обед					
45	Салат из капусты	70	0,92	2,27	4,53	43
99	Суп из овощей со сметаной	250/5	1,59	4,99	9,15	95
282/332	Оладьи печеночные с соусом	100	10,04	13,79	6,75	201
310	Картофель молодой отварной	150	2,85	4,32	57,53	142
342	Компот из св. фруктов	200	0,16	0,16	27,88	115
ПР	Мороженое	100	3,70	10,00	19,70	183
ПР	Хлеб пшеничный/ржаной/	50/50	7,92	0,90	47,00	222
	Итого 10 день		43,96	47,46	251,15	1478
	Всего:		51,00	53,04	253,27	1675

* Согласно Сборнику технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под. ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011

** Все первые блюда приготовляются на курином бульоне. Салаты, первые и вторые блюдла подаются с зеленью

Примечания:

1. Данное меню разработано исходя из стоимости продуктов на 31 января 2026 г. Меню может быть изменено при соблюдении норм действующего законодательства с учетом стоимости продуктов на дату начала лагеря.

2. Стоимость питания за 1 дето/день составляет: для детей в возрасте 7-11 лет - 557,61 руб., для детей в возрасте от 12 лет - 648,10 руб.

3. Данное меню составлено на основании и с использоанием следующих нормативных актов:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г № 32
- Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под. ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011
- Тутельян В.А. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи плюс, 2012