

Управление образования и молодёжной политики администрации
Вадского муниципального округа Нижегородской области
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Вадская средняя общеобразовательная школа»

П Р И К А З

13.03.2026

№ 212

с. Вад

Г Об организации работы лагеря с дневным пребыванием детей 7
в период весенних каникул 2026 года

В соответствии с п.5.ст.28 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением администрации Вадского муниципального района от 22.07.2022 г. № 682 «Об организации отдыха, оздоровления и занятости детей и молодежи Вадского муниципального района Нижегородской области», приказом управления образования и молодёжной политики администрации Вадского муниципального округа от 12.02.2026 г. №36 «Об организации работы лагерей при образовательных организациях Вадского округа в период каникул 2026 года», на основании положения о школьном лагере с дневным пребыванием детей, утвержденного приказом МАОУ «Вадская СОШ» от 20.01.2022 г. № 50, в целях организации полноценного отдыха и оздоровления детей, сохранения жизни и здоровья детей и подростков

п р и к а з ы в а ю:

1. Организовать в период весенних каникул 2025-2026 учебного года работу лагеря с дневным пребыванием детей «Радуга» (далее – ЛДП) на базе МАОУ «Вадская СОШ» в здании по ул. Школьная, д.4.
2. Установить:
 - 2.1. сроки работы: с 23 по 29 марта 2026 г. (5 рабочих дней).
 - 2.2. планируемое количество детей: 25 детей в возрасте от 6 лет и 6 месяцев до 17 лет включительно.
 - 2.3. время пребывания детей в лагере: с 08:00 до 14:00;
 - 2.4. продолжительность рабочей недели: пятидневная рабочая неделя, с понедельника по пятницу (приложение 1 к настоящему приказу - режим дня);
 - 2.6. режим питания: двухразовое питание.
3. Назначить начальником лагеря заместителя директора Агапову И.А.;
4. Утвердить состав работников лагеря согласно списку (Приложение 2).
5. Назначить:
 - 5.1. поварами поваров школы Гаврилину Н.В., Тихову М.В.;
 - 5.2. подсобными рабочими кухни Голдур Н.М., Вилкову Е.К.;
 - 5.3. кладовщиком Бричка Е.В.
 - 5.4. технологом Липатову Н.А.
6. В целях обеспечения качественного и сбалансированного питания утвердить:
 - 6.1. 10-дневное меню лагеря с дневным пребыванием детей при двухразовом питании (Приложение 3);
7. Начальнику ЛДП Агаповой И.А.:
 - 7.1. принять в лагерь детей согласно заявлениям родителей, зачисляя в первую очередь детей в первоочередном порядке отдых и оздоровление детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, детей и подростков, состоящих на учете в комиссии по делам

несовершеннолетних и защите их прав при администрации Вадского округа, ПДН ОУУП и ПДН ОП МО МВД РФ «Перевозский» (дислокация с. Вад), внутришкольном учете, а также военнослужащих, проходящих военную службу по контракту, детей, члены семей которых участвуют в специальной военной операции на Украине.

7.2. согласно п. 12. постановления Правительства Нижегородской области № 149 от 25 марта 2009 года «Об организации отдыха, оздоровления и занятости детей и молодежи по Нижегородской области» обеспечить страхование жизни и здоровья детей до начала работы лагеря.

7.3. направить в УОМП отчет о фактическом отдыхе детей не позднее 7 дней после завершения смены.

7.4. Подготовить пакет документов к приёму лагеря (приказы, инструкции, журналы и т.п.)

7.5. организовать для работников лагеря в срок до 23.03.2026 г. проведение инструктажей по охране труда, пожарной и антитеррористической безопасности;

7.6. составить программу работы смены,

7.7. провести необходимые мероприятия по выполнению правил техники безопасности, ознакомить с должностными инструкциями и инструкциями по охране труда работников лагеря под роспись, обеспечить соблюдение санитарных норм и правил, требований пожарной безопасности;

7.8. проинформировать родителей (законных представителей) обучающихся об условиях принятия детей в лагерь;

7.9. подготовить территорию, помещения и оборудование, используемые для деятельности лагеря к приему межведомственной комиссии;

7.10. взаимодействовать с УОМП по вопросам работы лагеря.

8. Назначить ответственными:

8.1. за подготовку помещений, территории и оборудования для работы лагеря – заведующую хозяйством Токареву Ю.В.;

8.2. за организацию питьевого режима и питания воспитанников лагеря, разработку меню и программы производственного контроля качества и безопасности приготавливаемых блюд – технолога Липатову Н.А.;

8.3. сбор заявлений и документов для приема детей в лагерь, информирование о количестве свободных мест, подготовку проектов приказов о зачислении в лагерь, работу с электронной базой «Навигатор 52» – старшего воспитателя ЛДП «Радуга» Воденеву М.В.

9. Заместителю директора Агаповой И.А. подготовить информацию о работе ЛДП в 2026 году и разместить на сайте ОО.

10. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

И.о. директора школы

Тимошенкова С.Н.

РЕЖИМ РАБОТЫ ЛАГЕРЯ
с дневным пребыванием детей «Радуга»
(5-дневная рабочая неделя)

08.00 – начало работы лагеря.

8.00-8.30 – сбор детей, зарядка

8.30-8.45 – утренняя линейка

8.45-9.30 – завтрак

09.30-11.30 – работа по плану отрядов, организация и проведение коллективных творческих дел, общественно-полезный труд, экскурсии, прогулки, работа творческих мастерских.

11.30-12.30 – оздоровительные процедуры, спортивные мероприятия

12.30-13.15 – обед

13.15-14.00 – работа по плану отрядов, свободное время.

14.00 – уход домой

Список работников
лагеря с дневным пребыванием «Радуга» МАОУ «Вадская СОШ»
на весеннюю смену 2025-2026 учебного года
23 марта -29 марта 2026 г.

№	ФИО	Должность	Наличие гигиенической аттестации (до какого срока)	Дата последнего медицинского осмотра
1	Агапова Ирина Анатольевна	Начальник ЛДП	18.08.2025	01.2028
2	Воденеева Марина Владимировна	Старший воспитатель	13.08.2025	01.2028
3	Захарова Екатерина Николаевна	воспитатель	15.08.2025	01.2028
4	Тарнаева Ольга Михайловна	воспитатель	11.08.2025	01.2028
5	Слипченко Ольга Евгеньевна	воспитатель	13.08.2025	01.2028
6	Белкина Анастасия Александровна	воспитатель	13.08.2025	01.2028
7	Кутова Ксения Александровна	воспитатель	11.08.2025	01.2028

8	Гаврилина Н.В.	повар	25.03.2025	03.04.2026
9	Тихова М.В.	повар	22.05.2025	01.2028
10	Коробкова А.В.	повар	21.08.2025	01.2028
11	Голдур Н.М.	подсобный работник кухни	21.08.2025	01.2028
12	Вилкова Е.К.	подсобный работник кухни	20.08.2025	01.2028
13	Бричка Е.В.	кладовщик	28.07.2025	01.2028
14	Торхова Л.В.	уборщик служ. помещений	28.07.2025	01.2028
15	Клычева Н.В.	уборщик служ. помещений	25.03.2025	12.2026
16	Булдаков С.И.	Водитель	12.2026	27.12.2026

10-дневное меню лагеря с дневным пребыванием детей при двухразовом питании от 7 лет до 11 лет 1 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00014	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	40				3	2,4		3	0,02			
СОЦ0382	Какао с молоком	200	4,63	4,69	25,62	163	20	0,04	0,78	0,08	2 243 241	160 204	232 551	1 345 455	0,5168	0,0119	0,0026	0,0264
СОЦ0175	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом)	145/5	5,62	13,59	22,88	236	70	0,11	1,76	0,06	2 305 234	1 686 004	315 962	1 613 742	0,4511	0,0129	0,0041	0,0345
СОЦ0015	Сыр (порциями)	15	3,9	3,98		51	30		0,42			157,5		81				
	Всего Завтрак	615	18,5	30,15	89,82	704	160	0,28	3,76	0,14	#####	#####	#####	#####	40 319	0,026	0,0331	0,066
Обед																		
С000349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06		22,86	92					0,6	0,4		0,06				
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0097	Суп картофельный с тушёной говядиной	250/12,5	4,79	4,9	19,36	141	10	0,13	10,18		6 165 199	200 086	307 323	896 148	12 565	0,0066	0,0004	0,0547
СОЦ0045	Салат из белокочанной капусты	60	1,24	4,86	5,14	70		0,02	28,81		132,82	344 096	131 392	239 672	0,4395	0,0023	0,0002	0,0107
СОЦ0309	Макароны отварные	150	5,19	3,33	28,21	162	10	0,04			305 067	101 868	72 875	322 713	0,7224			
СОЦ0268	Котлета,биточек,шницель.	80	11,63	9,52	3,33	146	10	0,05	0,59		211 005	10 609	17 406	112 632	0,8692	0,0055	0,0016	0,0427
	Всего Обед	843	33,8	24,66	126,2	862	30	0,56	39,58		1 302,4	#####	#####	#####	97 476	0,018	0,0867	0,126
	Всего день		54,81	216,0	1 56	1 56	190	0,84	43,34	0,14	2 280,8	#####	#####	1 120,2	#####	0,044	0,1198	0,193

2 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Ф000046	Яйцо варёное	40	5,08	4,6	0,28	63	100	0,03			56	22	4,8	76,8	1	0,008	0,0127	0,022
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00338	Флоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
СОЦ0182	Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)	145/5	7,15	11,16	35,27	273	50	0,19	1,13		2 203 334	1 315 239	453 334	1 755 905	11 715			
СОЦ0378	Чай с молоком	200/15	4,23	4,29	20,09	136	20	0,04	0,84	0,08	2 130 195	165 198	24 012	1 282 032	11 876	0,0119	0,0026	0,0264
	Всего Завтрак	605	21,3	20,85	84,84	622	170	0,42	17,97	0,08	1 074,5	#####	#####	#####	64 791	0,021	0,0417	0,054
Обед																		
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0342	Компот из свежих плодов (яблоки,груши)	200	0,06	0,06	21,43	87			24,75		42,3	2,8	1,35	1,65	0,39	0,0003		0,0012
СОЦ0102	Суп картофельный с бобовыми из курицы	250/12,5	10,45	8,45	18,12	190	20	0,25	9,55		4 968 275	401 172	411 957	1 485 319	23 391	0,0055	0,0027	0,0646
СОЦ0284	Запеканка (рулет) картофельная с мясом (масло сливочное)	153/3	9,06	10,43	20,12	211	10	0,12	10,42		7 104 501	172 751	351 593	1 242 564	14 426	0,0083	0,0004	0,057
СОЦ0067	Винегрет овощной	60	1,12	8,02	5,82	100		0,04	7,7		226,4	24 988	156 232	34 616	0,6624			
	Всего Обед	769	31,5	29,01	112,8	839	30	0,73	52,42		1 787,0	#####	#####	#####	#####	0,018	0,0876	0,141
	Всего день		49,86	197,7	1 46		200	1,15	70,39	0,08	2 861,5	#####	#####	1 174,7	#####	0,039	0,1293	0,195

3 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Ф000047	Печенье промышленного	20	2,43	5,58	24,93	136	7 000	0,07				11,2	14,2		0,7			
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08		207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177			
СОЦ0182	Каша молочная (пшеничная, с маслом)	145/5	7,17	11,62	28,2	246	50	0,14	0,7	0,07	2 230 994	1 519 967	401 988	1 745 572	0,8579	0,0121	0,0024	0,0319
	Всего Завтрак	625	14,1	17,88	109,6	632	7 050	0,34	1,58	0,07	#####	#####	#####	#####	53 196	0,013	0,0288	0,037
Обед																		
СОЦ0082	Борщ с капустой и картофелем из говядины со сметан	250/12, 5/10	5,55	9,11	9,72	143	10	0,06	8,19	0,01	3 564 435	40,92	23,49	827 805	14 964	0,007	0,0002	0,034
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0349	Компот из ягод	200	0,1	0,04	20,96	85			3		27,48	5,2	2,64	4,44	0,204			0,0004
СОЦ0047	Икра кабачковая	60	1,52	7,12	6,16	95		0,01	5,6		252	32,8	12	29,6	0,56			
СОЦ0302	Рис рассыпчатый	150	4,2	4,14	42,53	224	20	0,06			605 427	5 576	297 681	904 287	0,5995	0,0008	0,0091	0,0298
СОЦ0228	Рыба, припущенная в молоке	90	23,6	7,02	5,06	178	20	0,2	5,51	0,02	7 002 322	1 381 178	86,4	3 949 072	12 985	0,209	0,0014	0,9648
	Всего Обед	860	45,8	29,48	131,8	976	50	0,65	22,3	0,03	1 707,7	#####	#####	#####	#####	0,221	0,0952	#####
	Всего день		47,36	241,4	1 60	1 60	7 100	0,99	23,88	0,1	2 472,1	#####	#####	1 265,2	15 878	0,234	0,124	#####

4 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
СОЦ0379	Кофейный напиток	200	3,63	4,06	25,56	153	20	0,04	1,3	0,05	146,6	120,4	14	90	0,12	0,009	0,002	0,02
СОЦ0183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом)	145/5	5,99	7,06	22,87	179	20	0,12	0,52	0,05	2 105 212	1 113 728	609 174	1 520 238	16 965	0,0087	0,0038	0,0232
СОЦ0015	Сыр (порциями)	15	3,9	3,98		51	30		0,42			157,5		81				
	Всего Завтрак	605	17,8	15,74	89,62	571	70	0,29	3,04	0,1	#####	#####	#####	#####	48 605	0,019	0,0322	0,049
Обед																		
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0097	Суп картофельный из говядины	250/12,5	5,86	5,85	12,61	127		0,09	6,6		449 445	157 168	241 251	869 304	12 815	0,0055	0,0002	0,0407
СОЦ0388	Напиток из лимона(апельсинов/мандаринов)	200	0,09	0,01	20,26	81		0,01	3,8		16,1	3,9	1,1	1,7	0,07			0,001
СОЦ0024	Салат из свежих помидоров и	60	0,57	3,64	1,83	42		0,02	5,66		130,23	163 104	99 036	180 606	0,4578			
СОЦ139	Капуста тушеная	150	5,4	9,49	16,15	172		0,09	120,5		554 691	136,85	48 852	98 601	1,84	0,009	0,0008	0,0371
СОЦ0293	Птица запечённая	80	12,1	13,62	0,45	174	30	0,04			1 138 641	99 565	110 739	1 015 104	0,9843	0,0038		0,0808
	Всего Обед	1 003	36,3	34,82	113,0	918	30	0,63	152,5		2 063,3	#####	#####	#####	#####	0,022	0,0855	0,178

5 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
Завтрак																			
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044				
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058	
Лс00014	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	40				3	2,4		3	0,02				
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08		207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177				
СОЦ0224	Запеканка из творога с морковью (со сгущ.молоком)	130/20	25,52	22,04	27,67	411	60	0,07	0,91	0,82	2 626 043	2 787 793	455 859	3 412 661	0,9355	0,0039	0,039	0,0638	
Всего Завтрак		615	30,1	29,97	84,35	727	100	0,2	1,79	0,82	#####	#####	#####	#####	47 172	0,005	0,0654	0,069	
Обед																			
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058	
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129	
Лн00348	Компот из кураги	200	0,99	0,06	27,45	114		0,02	0,32		285,52	29,16	18,9	26,28	0,63				
СОЦ0088	Ци из свеж.капусты из курицы	250/12,5	5,63	7,62	10,86	135	20	0,1	32,03	0,01	401,83	452 848	263 912	855 964	11 286	0,0059	0,0003	0,0513	
СОЦ128	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5	3,27	5,18	22,32	149	20	0,16	26,33	0,01	7 731 258	406 748	330 819	968 801	11 901	0,0085	0,0008	0,0436	
СОЦ0136	Овощи натуральные солёные	60	1,6	0,64	3,68	33	10				0,5257	89,2	5,6	0,24	0,0023				
СОЦ0279	Тефтели Мясные	70/30	14,22	12,89	19,01	249	20	0,11	1,97	0,01	3 330 505	57 718	42 617	2 014 183	23 474	0,0087	0,019	0,0533	
Всего Обед		868	36,6	28,44	130,6	931	70	0,71	60,65	0,03	2 105,0	#####	#####	#####	#####	0,027	0,1046	0,166	
Всего			58,41	215,0	1 65		170	0,91	62,44	0,85	2 911,9	#####	#####	1 243,2	#####	0,032	0,17	0,236	

6 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00014	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	40				3	2,4		3	0,02			
СОЦ0376	Чай с сахаром	210	0,16	0,04	15	61			0,08		20,29	4,26	3,52	6 592	0,701			
СОЦ0182	Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)	145/5	7,15	11,16	35,27	273	50	0,19	1,13		2 203 334	1 315 239	453 334	1 755 905	11 715			
СОЦ0015	Сыр (порциями)	15	3,9	3,98		51	30		0,42			157,5		81				
	Всего Завтрак	625	15,6	23,07	91,59	639	120	0,32	2,43		#####	#####	#####	#####	49 365	0,001	0,0264	0,005
Обед																		
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
Лн00348	Компот из кураги	200	0,99	0,06	27,45	114		0,02	0,32		285,52	29,16	18,9	26,28	0,63			
СОЦ0291	Плов из мяса с маслом сливочным	150	16,13	18,98	34,33	373	40	0,06	0,92		2 853 245	19 168	401 348	195 711	22 984	0,0062	0,0066	0,0691
СОЦ0050	Салат из свеклы со сметаной	60	1,63	1,5	8,87	56	10	0,02	9,52	0,01	281,23	41,17	21,46	45,05	1 344	0,0072		0,02
СОЦ0097	Суп картофельный с рыбными консервами	250/25	10,48	9,41	14,82	186		0,96	7,06		4 117 703	1 100 286	352 582	469 818	3 787	0,0042	0,0002	0,0294
	Всего Обед	775	40,1	32	132,8	980	50	1,38	17,82	0,01	1 574,8	#####	#####	#####	#####	0,021	0,0913	0,137
	Всего		55,07	224,4	1 61	1 61	170	1,7	20,25	0,01	2 339,0	#####	#####	1 062,0	#####	0,023	0,1177	0,143

7 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
СОЦ0379	Кофейный напиток	200	3,63	4,06	25,56	153	20	0,04	1,3	0,05	146,6	120,4	14	90	0,12	0,009	0,002	0,02
СОЦ0223	Запеканка из творога с джемом	130/20	24,79	18,61	27,75	378	70	0,05	0,49	0,85	1 879 362	2 229 721	334 154	3 035 397	0,966	0,0016	0,0397	0,0461
	Всего Завтрак	590	32,7	23,31	94,5	719	90	0,22	2,59	0,9	#####	#####	#####	#####	4,13	0,012	0,0681	0,071
Обед																		
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0342	Компот из свежих плодов (яблоки, груши)	200	0,06	0,06	21,43	87			24,75		42,3	2,8	1,35	1,65	0,39	0,0003		0,0012
СО00428	Булочка школьная	80	5,65	4,91	42,1	235		0,06	0,16	0,02	917 074	420 098	109 853	638 602	0,573	0,003	0,0008	0,015
СОЦ0096	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	250/12 . 5/7	6,7	7,24	16,43	157	20	0,09	6,69	0,01	4 417 737	274 438	262 218	959 154	11 313	0,0056	0,0002	0,0526
СОЦ0143	Рагу из овощей с мясом	150	3,22	3,1	18,31	114	10	0,09	15,85		4 264 469	384 914	264 188	637 937	10 256	0,0051	0,0004	0,0304
	Всего Обед	950	27,9	17,52	160,0	915	30	0,62	63,45	0,03	1 801,2	#####	#####	#####	#####	0,018	0,0859	0,117
	Всего		60,6	40,83	254,5	1 634	120	0,84	66,04	0,93	2 656,3	#####	#####	1 142,1	#####	0,030	0,154	0,189

8 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00014	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	40				3	2,4		3	0,02			
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
СОЦ0382	Какао с молоком	200	4,63	4,69	25,62	163	20	0,04	0,78	0,08	2 243 241	160 204	232 551	1 345 455	0,5168	0,0119	0,0026	0,0264
СОЦ0175	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом)	145/5	5,62	13,59	22,88	236	70	0,11	1,76	0,06	2 305 234	1 686 004	315 962	1 613 742	0,4511	0,0129	0,0041	0,0345
	Всего Завтрак	560	15,1	26,33	77,83	615	130	0,31	18,54	0,14	1 043,0	#####	#####	#####	41 079	0,026	0,0331	0,066
	Обед																	
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00082	Борщ с капустой и картофелем из курицы со сметан	250/13/10	5,64	7,58	11,35	136	20	0,08	24,54	0,01	408,09	49,36	28,53	89,25	1 473	0,0076	0,0002	0,0528
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0349	Компот из ягод	200	0,1	0,04	20,96	85			3		27,48	5,2	2,64	4,44	0,204			0,0004
СОЦ0136	Овощи натуральные солёные	60	1,6	0,64	3,68	33	10				0,5257	89,2	5,6	0,24	0,0023			
СОЦ0306	Горох отварной с маслом	150	7,79	4,51	17,69	143		0,24			289 836	41,4	38,52	118,44	2 448	0,0018	0,0046	0,0106
СОЦ0268	Котлета,биточек,шницель.	80	11,63	9,52	3,33	146	10	0,05	0,59		211 005	10 609	17 406	112 632	0,8692	0,0055	0,0016	0,0427
	Всего Обед	850	37,6	24,34	104,3	794	40	0,69	28,13	0,01	1 247,9	#####	#####	#####	#####	0,019	0,0909	0,125
	Всего		50,67	182,2	1 40	1 40	170	1	46,67	0,15	2 291,0	#####	#####	1 109,0	#####	0,045	0,124	0,191

9 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08		207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177			
СОЦ0047	Кукуруза консервированная	80	4,24		8,91	53	7 330	0,04	0,12		2 933 333	66 667	288 891	1 022 224	0,6667		13 333	
СОЦ0215	Омлет с курицей	130/17/5	26,23	32,47	4,01	413	310	0,11	0,32	0,03	314 665	1 550 697	291 233	374 364	41 509	0,0368	0,05	0,1195
СОЦ0015	Сыр (порциями)	15	3,9	3,98		51	30		0,42			157,5		81				
	Всего Завтрак	660	39,3	37,29	57,48	729	7 670	0,31	16,94	0,03	1 213,9	#####	#####	#####	86 553	0,038	14 097	0,125
	Обед																	
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
Лн00047	Хлеб ржаной	50	7,48	1,41	32,57	172		0,22			213,84	37,84	67,76	232,32	4,4	0,0029	0,0581	0,0129
СОЦ0388	Напиток из лимона(апельсинов/мандаринов)	200	0,09	0,01	20,26	81		0,01	3,8		16,1	3,9	1,1	1,7	0,07			0,001
СОЦ0088	Щи из свеж.капусты из курицы	270	5,78	7,82	11,15	139	20,53	0,1	32,88	0,01	4 125 251	464 901	270 936	878 746	11 586	0,0061	0,0003	0,0527
СОЦ013	Овощи натуральные свежие	80	0,01	2,37	0,03	21	10				0,7009	0,5485	0,0124	0,7924	0,0031			
СОЦ0309	Рожки отварные	150	5,53	3,54	30,09	174	10	0,05			325 406	108 658	77 734	344 227	0,7705			
СОЦ0230	Рыба запечённая (минтай)	90	27,03	4,77	2,14	159	20	0,18	3,03		709 397	677 602	92 898	4 058 766	13 814	0,252		11 766
	Всего Обед	1 040	50,7	20,72	125,4	896	60,53	0,72	55,71	0,01	1 970,3	#####	#####	#####	#####	0,262	0,0848	1 249
	Всего		58,01	182,9	1 62	7 730,53	1,03	72,65	0,04	3 184,2	#####	#####	1 621,7	#####	0,300	14 945	####	

10-дневное меню лагеря с дневным пребыванием детей при двухразовом питании от 12 лет
1 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
Лс00015	Сыр (порциями)	20	4,89	4,67		61	30	0,01	0,23			184,8		93,96				
Лс00014	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,2	99	60				4,5	3,6		4,5	0,03			
СОЦБ038	Какао с молоком	200	6,12	6,66	20,16	165	40	0,08	2,47	0,1	333 437	230 015	32 903	192 615	0,6324	0,0171	0,0038	0,038
СОЦБ017	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом)	165/5	4,51	7,49	20,16	166	40	0,09	1,3	0,05	175,23	124,11	25,99	125,77	0,407	0,0095	0,0034	0,027
	Всего Завтрак	665	21,6	30,66	89,11	718	170	0,37	4,8	0,15	1 082,2	#####	#####	#####	51 134	0,028	0,0468	0,073
Обед																		
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0097	Суп картофельный с тушёной говядиной	250/12,5	4,79	4,9	19,36	141	10	0,13	10,18		6 165 199	200 086	307 323	896 148	12 565	0,0066	0,0004	0,0547
СОЦ0349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08		23,59	95					0,6	0,4		0,06				
СОЦ0045	Салат из белокочанной капусты	60	1,24	4,86	5,14	70		0,02	28,81		132,82	344 096	131 392	239 672	0,4395	0,0023	0,0002	0,0107
СОЦ0268	Котлета,биточек,шницель.	80	11,63	9,52	3,33	146	10	0,05	0,59		211 005	10 609	17 406	112 632	0,8692	0,0055	0,0016	0,0427
СОЦБ030	Макароны отварные	170	6,92	4,43	37,61	217	10	0,05			406 757	135 823	97 167	430 284	0,9632			
	Всего Обед	898	39,1	26,43	152,1	1 00	30	0,7	39,58		1 416,1	#####	#####	#####	#####	0,019	0,1147	0,132
	Всего день		57,09	241,2	1 72		200	1,07	44,38	0,15	2 498,4	#####	#####	1 333,1	#####	0,048	0,1615	0,206

2 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20	
	Завтрак																	
Ф000046	Яйцо варёное	40	5,08	4,6	0,28	63	100	0,03			56	22	4,8	76,8	1	0,008	0,0127	0,022
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
Лс00338	Фрукты или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
СОЦ0378	Чай с молоком	200/15	4,23	4,29	20,09	136	20	0,04	0,84	0,08	2 130 195	165 198	24 012	1 282 032	11 876	0,0119	0,0026	0,0264
СОЦБ018	Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)	165/5	8,46	14,92	12,55	218	80	0,25	1,95	0,08	3 593 239	2 062 608	652 302	2 705 516	15 977	0,0135	0,003	0,03
	Всего Завтрак	645	24,3	24,93	69,52	606	200	0,54	18,79	0,16	1 262,1	#####	#####	#####	79 053	0,035	0,0579	0,087
	Обед																	
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0342	Компот из свежих фруктов (яблоки, груши)	200	0,06	0,06	21,43	87			24,75		42,3	2,8	1,35	1,65	0,39	0,0003		0,0012
СОЦ0102	Суп картофельный с бобовыми из курицы	250/12,5	10,45	8,45	18,12	190	20	0,25	9,55		4 968 275	401 172	411 957	1 485 319	23 391	0,0055	0,0027	0,0646
СОЦ0284	Запеканка (рулет) картофельная с мясом (масло сливочное)	153/5	9,18	10,56	20,38	214	10	0,12	10,55		7 195 584	174 966	356 101	1 258 494	14 611	0,0084	0,0004	0,0577
СОЦ0067	Винегрет овощной	60	1,12	8,02	5,82	100		0,04	7,7		226,4	24 988	156 232	34 616	0,6624			
	Всего Обед	806	35,3	29,81	128,8	927	30	0,86	52,55		1 899,6	#####	#####	#####	#####	0,019	0,1156	0,148
	Всего		54,74	198,4	1 53	1 53	230	1,4	71,34	0,16	3 161,7	#####	#####	1 436,5	#####	0,055	0,1735	0,235

3 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Ф000047	Печенье промышленного	20	2,43	5,58	24,93	136	7 000	0,07				11,2	14,2		0,7			
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08		207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177			
СОЦБ018	Каша молочная (пшеничная, с маслом)	167/3	5,49	7,86	23,04	185	40	0,14	1,3	0,05	195,77	127,17	33,11	144,89	0,695	0,01	0,002	0,0264
	Всего Завтрак	665	14,1	14,44	111,9	610	7 040	0,4	2,18	0,05	#####	#####	#####	#####	61 567	0,012	0,0416	0,035
	Обед																	
СОЦ0082	Борщ с капустой и картофелем из говядины со сметан	250/12, 5/10	5,55	9,11	9,72	143	10	0,06	8,19	0,01	3 564 435	40,92	23,49	827 805	14 964	0,007	0,0002	0,034
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0349	Компот из ягод	200	0,1	0,04	20,96	85			3		27,48	5,2	2,64	4,44	0,204			0,0004
ЛО228	Рыба, припущенная в молоке	90	23,6	7,02	5,06	178	20	0,2	5,51	0,02	7 002 322	1 381 178	86,4	3 949 072	12 985	0,209	0,0014	0,9648
СОЦ0047	Икра кабачковая	60	1,52	7,12	6,16	95		0,01	5,6		252	32,8	12	29,6	0,56			
СОЦБ030	Рис рассыпчатый	170	4,94	4,87	50,04	264	20	0,06			712 267	6,56	350 213	1 063 867	0,7053	0,0009	0,0106	0,0351
	Всего Обед	915	50,2	30,88	155,0	1 110	50	0,78	22,3	0,03	1 821,9	#####	#####	1 068,4	#####	0,222	0,1247	#####
	Всего		45,32	266,9	1 711	1 711	7 090	1,18	24,48	0,08	2 607,5	#####	#####	1 416,8	#####	0,234	0,1663	#####

4 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20	
Завтрак																		
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
Лс00015	Сыр (порциями)	20	4,89	4,67		61	30	0,01	0,23			184,8		93,96				
СОЦ0379	Кофейный напиток	200	3,63	4,06	25,56	153	20	0,04	1,3	0,05	146,6	120,4	14	90	0,12	0,009	0,002	0,02
СОЦБ018	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом)	165/5	6,37	8,02	25,13	198	40	0,16	1,3	0,05	253,64	126,56	70,02	174,74	1,95	0,0099	0,0043	0,0264
	Всего Завтрак	650	20,9	17,71	99,28	639	90	0,4	3,63	0,1	969,34	510,36	159,8	555,38	6 114	0,020	0,0459	0,055
Обед																		
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0097	Суп картофельный из говядины	250/12,5	5,86	5,85	12,61	127		0,09	6,6		449 445	157 168	241 251	869 304	12 815	0,0055	0,0002	0,0407
СОЦ0388	Напиток из лимона(апельсинов/мандаринов)	200	0,09	0,01	20,26	81		0,01	3,8		16,1	3,9	1,1	1,7	0,07			0,001
СОЦ0024	Салат из свежих помидоров и	60	0,57	3,64	1,83	42		0,02	5,66		130,23	163 104	99 036	180 606	0,4578			
СОЦ0293	Птица запечённая	80	12,1	13,62	0,45	174	30	0,04			1 138 641	99 565	110 739	1 015 104	0,9843	0,0038		0,0808
СОЦБ013	Капуста тушеная	170	5,86	10,31	17,55	186		0,1	130,98		602 925	148,75	53,1	107 175	2	0,0099	0,0009	0,0404
	Всего Обед	1 058	40,4	36,31	130,2	1 01	30	0,77	163,0		2 215,1	#####	#####	#####	#####	0,024	0,1136	0,187
	Всего		54,02	229,5	1 65	1 65	120	1,17	166,6	0,1	3 184,4	#####	#####	1 362,7	#####	0,045	0,1595	0,242

5 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
																			4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	18	19	20		
Завтрак																			
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8			423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16				145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
Лс00014	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,2	99	60					4,5	3,6		4,5	0,03			
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08			207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177			
СОЦ0224	Запеканка из творога с морковью (со сгущ.молоком)	130/20	25,52	22,04	27,67	411	60	0,07	0,91	0,82	2 626 043	2 787 793	455 859	3 412 661	0,9355	0,0039	0,039	0,0638	
Всего Завтрак		640	31,8	33,92	91,82	799	120	0,26	1,79	0,82	#####	#####	#####	#####	57 272	0,005	0,0786	0,072	
Обед																			
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17				157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28				256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0088	Ци из свеж.капусты из курицы	250/12,5	5,63	7,62	10,86	135	20	0,1	32,03	0,01		401,83	452 848	263 912	855 964	11 286	0,0059	0,0003	0,0513
СОЦ0348	Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137		0,03	1			429,85	40,4	26,25	36,5	0,86			
СОЦ0136	Овощи натуральные солёные	60	1,6	0,64	3,68	33	10					0,5257	89,2	5,6	0,24	0,0023			
СОЦ0279	Тефтели Мясные	70/30	14,22	12,89	19,01	249	20	0,11	1,97	0,01	3 330 505	57 718	42 617	2 014 183	23 474	0,0087	0,019	0,0533	
СОЦБ012	Картофельное пюре с маслом сливочным	165/5	5,14	10,18	35,28	253	50	0,26	41,67	0,02	1 222,1625	624 541	521 234	1 522 934	18 863	0,0133	0,0013	0,0685	
Всего Обед		918	42,3	34,13	164,6	1 14	100	0,95	76,67	0,04	2 801,9	#####	#####	#####	#####	0,033	0,1331	0,197	
Всего		1558	68,05	256,4	1 94	1 94	220	1,21	78,46	0,86	3 658,9	#####	#####	1 475,6	#####	0,039	0,2117	0,270	

6 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
Завтрак																			
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044				
Лс00047	Хлеб ржаной	80	11,96	2,24	52,11	277		0,37			342 144	60 544	108 416	371 712	7,04	0,0044	0,0928	0,0204	
Лс00015	Сыр (порциями)	20	4,89	4,67		61	30	0,01	0,23			184,8		93,96					
Лс00014	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,2	99	60				4,5	3,6		4,5	0,03				
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08		207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177				
СОЦБ018	Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)	165/5	8,46	14,92	12,55	218	80	0,25	1,95	0,08	3 593 239	2 062 608	652 302	2 705 516	15 977	0,0135	0,003	0,03	
Всего Завтрак		700	26,5	32,75	106,6	826	170	0,66	3,06	0,08	1 150,0	#####	206,83	#####	#####	0,017	0,0958	0,050	
Обед																			
С000097	Суп картофельный с рыбными консервами	250/30	6,24	6,77	12,84	137		0,58	6,72		3 920 377	644 672	287 448	485 428	2 436	0,0041	0,0002	0,0279	
Лс00047	Батон	40	3,41	0,64	14,8	79		0,1			97,2	17,2	30,8	105,6	2	0,0014	0,0264	0,0058	
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153	
СОЦ0348	Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	137		0,03	1		429,85	40,4	26,25	36,5	0,86				
СОЦ0050	Салат из свеклы со сметаной	60	1,63	1,5	8,87	56	10	0,02	9,52	0,01	281,23	41,17	21,46	45,05	1 344	0,0072		0,02	
СОЦБ29	Плов из мяса с маслом сливочным	170	18,15	21,67	40,39	429	40	0,09	1,09		3 229 658	221 773	463 155	2 225 416	25 933	0,007	0,0078	0,0787	
Всего Обед		810	39,7	32,34	148,6	1 04	50	1,1	18,33	0,01	1 779,8	#####	#####	#####	#####	0,023	0,104	0,147	
Всего		день			65,09	255,3	1 87	220	1,76	21,39	0,09	2 929,9	#####	#####	1 522,7	#####	0,040	0,1998	0,198

7 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
Н000389	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,94		26,39	109		0,03	0,8		423,3	52,8	29,58	38,28	1 044			
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
СОЦ0379	Кофейный напиток	200	3,63	4,06	25,56	153	20	0,04	1,3	0,05	146,6	120,4	14	90	0,12	0,009	0,002	0,02
СОЦ0223	Запеканка из творога с джемом	130/20	24,79	18,61	27,75	378	70	0,05	0,49	0,85	1 879 362	2 229 721	334 154	3 035 397	0,966	0,0016	0,0397	0,0461
	Всего Завтрак	610	34,4	23,63	101,9	758	90	0,28	2,59	0,9	#####	#####	#####	#####	5,13	0,012	0,0813	0,074
	Обед																	
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0342	Компот из свежих плодов (яблоки,груши)	200	0,06	0,06	21,43	87			24,75		42,3	2,8	1,35	1,65	0,39	0,0003		0,0012
СО00428	Булочка школьная	80	5,65	4,91	42,1	235		0,06	0,16	0,02	917 074	420 098	109 853	638 602	0,573	0,003	0,0008	0,015
СОЦ0096	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	250/12 . 5/7	6,7	7,24	16,43	157	20	0,09	6,69	0,01	4 417 737	274 438	262 218	959 154	11 313	0,0056	0,0002	0,0526
СОЦБ143	Рагу из овощей с мясом	170	18,36	15,22	24,92	310	10	0,17	26,86		943,34	753 725	629 572	2 347 942	35 606	0,0138	0,0005	0,0995
	Всего Обед	1 005	46,7	30,31	182,4	1 19	30	0,83	74,46	0,03	2 421,6	#####	#####	#####	#####	0,028	0,114	0,193
	Всего		53,94	284,3	1 95	1 95	120	1,11	77,05	0,93	3 325,3	#####	#####	1 478,4	#####	0,040	0,1953	0,268

8 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	Завтрак																		
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088	
Лс00014	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	40				3	2,4		3	0,02				
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12				
СОЦ0382	Какао с молоком	200	4,63	4,69	25,62	163	20	0,04	0,78	0,08	2 243 241	160 204	232 551	1 345 455	0,5168	0,0119	0,0026	0,0264	
СОЦБ017	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом)	165/5	4,51	7,49	20,16	166	40	0,09	1,3	0,05	175,23	124,11	25,99	125,77	0,407	0,0095	0,0034	0,027	
	Всего Завтрак	600	15,7	20,55	82,51	584	100	0,35	18,08	0,13	1 036,3	#####	#####	#####	50 638	0,023	0,0456	0,062	
	Обед																		
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095	
Лс00082	Борщ с капустой и картофелем из курицы со сметан	250/13/10	5,64	7,58	11,35	136	20	0,08	24,54	0,01	408,09	49,36	28,53	89,25	1 473	0,0076	0,0002	0,0528	
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153	
СОЦ0349	Компот из ягод	200	0,1	0,04	20,96	85			3		27,48	5,2	2,64	4,44	0,204			0,0004	
СОЦ0136	Овощи натуральные солёные	60	1,6	0,64	3,68	33	10				0,5257	89,2	5,6	0,24	0,0023				
СОЦ0268	Котлета,биточек,шницель.	80	11,63	9,52	3,33	146	10	0,05	0,59		211 005	10 609	17 406	112 632	0,8692	0,0055	0,0016	0,0427	
СОЦБ030	Горох отварной с маслом	170	18,2	6,87	41,32	300	30	0,41			808,32	123 862	99 806	307,14	6 282				
	Всего Обед	905	51,6	27,37	143,7	1 03	70	0,99	28,13	0,01	1 869,9	#####	#####	#####	#####	0,018	0,1143	0,120	
	Всего день		47,92	226,2	1 62	1 62	170	1,34	46,21	0,14	2 906,3	#####	#####	1 427,4	#####	0,042	0,1599	0,182	

9 ДЕНЬ

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
Лс0004	Батон	60	5,1	0,96	22,2	118		0,16			145,8	25,8	46,2	158,4	3	0,002	0,0396	0,0088
Лс00015	Сыр (порциями)	20	4,89	4,67		61	30	0,01	0,23			184,8		93,96				
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
СОЦ0376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,04	15,36	62			0,08		207 731	43 614	36 038	6 749	0,7177			
СОЦ0047	Кукуруза консервированная	80	4,24		8,91	53	7 330	0,04	0,12		2 933 333	66 667	288 891	1 022 224	0,6667		13 333	
СОЦ0215	Омлет с курицей	130/17/5	26,23	32,47	4,01	413	310	0,11	0,32	0,03	314 665	1 550 697	291 233	374 364	41 509	0,0368	0,05	0,1195
	Всего Завтрак	685	42,0	38,3	64,88	778	7 670	0,38	16,75	0,03	1 262,5	#####	#####	#####	96 553	0,038	14 229	0,128
	Обед																	
Лс00047	Батон	65	5,52	1,04	24,05	128		0,17			157,95	27,95	50,05	171,6	3,25	0,0022	0,0429	0,0095
Лс00338	Плоды или ягоды свежие	160	1,44	0,16	14,4	71		0,06	16		488	44,8	12,8	41,6	1,12			
Лс00047	Хлеб ржаной	60	8,97	1,68	39,08	208		0,28			256 608	45 408	81 312	278 784	5,28	0,0033	0,0696	0,0153
СОЦ0388	Напиток из лимона(апельсинов/мандаринов)	200	0,09	0,01	20,26	81		0,01	3,8		16,1	3,9	1,1	1,7	0,07			0,001
СОЦ0088	Щи из свеж.капусты из курицы	270	5,78	7,82	11,15	139	20,53	0,1	32,88	0,01	4 125 251	464 901	270 936	878 746	11 586	0,0061	0,0003	0,0527
СОЦ013	Овощи натуральные свежие	80	0,01	2,37	0,03	21	10				0,7009	0,5485	0,0124	0,7924	0,0031			
СОЦ0230	Рыба запечённая (минтай)	90	27,03	4,77	2,14	159	20	0,18	3,03		709 397	677 602	92 898	4 058 766	13 814	0,252		11 766
СОЦБ030	Рожки отварные	170	6,92	4,43	37,61	217	10	0,05			406 757	135 823	97 167	430 284	0,9632			
	Всего Обед	1 095	55,7	22,28	148,7	1 022	60,53	0,85	55,71	0,01	2 081,9	#####	#####	1 031,2	#####	0,263	0,1128	#####
	Всего день		60,58	213,6	1 802	1 802	7 730,53	1,23	72,46	0,04	3 344,5	#####	#####	1 808,5	#####	0,302	15 357	#####

Выполнение натуральных норм питания в детском оздоровительном летнем лагере с дневным пребыванием детей

	Наименование продуктов	Норма 7-10лет	Факт 7-10лет	Норма 11-15лет	Факт 11-15лет	% 7-10лет	% 11-15лет
1	молоко	180	180	180	180	60	60
2	творог	30	30	36	36	60	60
3	сметана	6	6	6	6	60	60
4	сыр	6	6	7,08	7,08	60	60
5	масло сливочное	18	18	21	21	60	60
6	масло растительное	9	9	10,8	10,8	60	60
7	яйцо	24	24	24	24	60	60
8	хлеб ржаной	48	48	72	72	60	60
9	хлеб пшеничный	90	90	120	120	60	60
10	мука пшеничная	9	9	12	12	60	60
11	крупа, бобовые	27	27	42	42	60	60
12	макаронные изделия	15	15	17	17	60	60
13	картофель	150	150	150	150	60	60
14	овощи, зелень	210	210	234	234	60	60
15	фрукты свежие	120	120	129	129	60	60
16	сухофрукты	9	9	12	12	60	60
17	кондитерские изделия	6	6	9	9	60	60
18	сахар	24	24	27	27	60	60
19	чай	0,24	0,24	0,24	0,24	60	60
20	какао	0,72	0,72	0,72	0,72	60	60
21	мясо	46	46	50,4	50,4	60	60
22	колбаса	9	9	12	12	60	60
23	рыба-филе	36	36	47	47	60	60
24	Цыплята 1 категории потрошенные (куры 1 кат. п/п)	24	24	34	34	60	60

25	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстатные	120	120	120	120	60	60
26	кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5% 3,2%)	90	90	108	108	60	60
27	Дрожжи хлебопекарные	0,6	0,6	1,2	1,2	60	60
28	Соль	3	3	4,2	4,2	60	60
Итого:							
Ккал		1350	1350	1576	1576	60	60
Белки		46	46	54	54	60	60
Жиры		47	47	55	55	60	60
Углеводы		184	184	216	216	60	60

Соотношение		1:1:4,0	1:1:4,0				
Б: Ж: У							
% от суточной потребности							
до 10 лет - 67% от 2300 Ккал.							
Калорийность		Завтрак	30%				
		Обед	37%				
старше 10 лет -62% от 2700 Ккал.							
Калорийность		Завтрак	28%				
		Обед	34%				
Блюда готовятся с добавлением йодированной соли. Ежедневно (1 раз в день) проводится С-витаминизация							
III блюдо (20мг. для детей до 10 лет и 25мг. для детей старше)							

Лист ознакомления с приказом от 13.03.2026 г. № 212
«Об организации работы лагеря с дневным пребыванием детей
в период весенних каникул 2026 года»

<i>№ п/п</i>	<i>ФИО</i>	<i>дата</i>	<i>подпись</i>
1.	Агапова Ирина Анатольевна	13.03.2026	
2.	Воденеева Марина Владимировна		
3.	Захарова Екатерина Николаевна		
4.	Тарнаева Ольга Михайловна		
5.	Слипченко Ольга Евгеньевна		
6.	Белкина Анастасия Александровна		
7.	Кутова Ксения Александровна		
8.	Гаврилина Н.В.		
9.	Тихова М.В.		
10.	Коробкова А.В.		
11.	Голдур Н.М.		
12.	Вилкова Е.К.		
13.	Бричка Е.В.		
14.	Торхова Л.В.		
15.	Клычева Н.В.		
16.	Булдаков С.И.		

