

Утверждаю
 ООО "Комбинат социального питания"
 Вахруков М.С. _____

Согласовано
 Директор МОУ _____

**Примерное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании**

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	519	23,3	25,8	81,2	598,9	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	30,2	22,6	121,6	750,5	
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	8,4	10,3	75,1	437,1	
Всего за день:		62,0	60,8	277,9	1 810,0	

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
 Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
2 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	590	18,0	19,6	85,2	557,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90					Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (гарнир)	150					Сборник рецептур или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	790	22,5	21,8	120,0	764,1	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200					Сборник рецептур или ТТК
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	13,64	15,09	64,42	454,11	
Всего за день:		59,3	60,8	269,62	1811	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
3 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	540	18,7	29,3	100,8	645,7	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	730	27,8	26,7	99,4	772,1	
Полдник						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,2	5,5	64,0	337,1	
Всего за день:		59,3	61,5	264,2	1 811,0	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
4 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200/50					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					
Итого за прием пищи:	500	19,3	15,9	107,9	520,8	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					
Итого за прием пищи:	700	21,6	34,5	103,7	807,9	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					
Итого за прием пищи:	300	13,4	15,0	64,5	452,9	
Всего за день:		59,4	65,3	276,1	1 810,0	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
5 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/10					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	505	20,0	23,8	97,7	649,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептур или ТТК
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	200					Сборник рецептур или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	150					Сборник рецептур или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	22,6	24,9	108,9	734,9	
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептур или ТТК
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	8,4	10,3	75,1	437,1	
Всего за день:		59,4	60,9	281,7	1 821,3	

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"			
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ			
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787			
ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
6 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	520	20,9	25,0	100,7	673,1	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	25,6	26,5	86,4	709,6	
Полдник						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,2	5,5	64,0	337,1	
Всего за день:		59,3	60,8	258,1	1 810,0	

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ОТПРАВЛЕНО **ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ"**, ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ" **30.05.24** 09:24 (MSK) Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072

УТВЕРЖДЕНО **МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Гаврилова Анна Юрьевна, Директор **30.05.24** 09:54 (MSK) Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
7 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200/50					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	505	19,7	15,9	110,4	532,4	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	20,5	33,9	102,2	795,1	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	13,0	15,0	77,4	501,4	
Всего за день:		59,3	64,7	290,0	1 828,9	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
8 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1 шт					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	514	21,0	21,8	78,4	585,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептур или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200					Сборник рецептур или ТТК
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФАРШЕМ ИЗ ГОВЯДИНЫ	150					Сборник рецептур или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	29,5	19,7	128,0	789,6	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200					Сборник рецептур или ТТК
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	13,6	15,1	64,4	454,1	
Всего за день:		64,1	60,8	270,9	1 829,0	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787

ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
9 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	18,6	28,4	129,0	777,0	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	27,6	20,6	111,8	673,1	
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200					Сборник рецептур или ТТК
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,7	5,7	81,9	412,9	
Всего за день:		59,3	60,8	322,7	1 863,0	

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"			
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ			
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787			
ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99

**Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
10 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	530	21,8	25,0	105,8	698,1	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					Сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	21,6	34,5	103,7	807,9	
Полдник						
ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	10,5	11,5	68,8	415,0	
Всего за день:		59,4	70,9	278,3	1 921,0	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ				
Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
Итого за период	600,8	627,4	2 789,5	18 315,1
Среднее значение за период	60,1	62,7	278,9	1831,5

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"			
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ			
Идентификатор: 4b14ed6a-d88c-4032-acb3-d38df6be5787			
ОТПРАВЛЕНО	ООО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" , ВАХРУКОВ МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"	30.05.24 09:24 (MSK)	Сертификат 0101229A00F7AFAABE4A748A4AE94D3072
УТВЕРЖДЕНО	МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 6 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА" , Гаврилова Анна Юрьевна, Директор	30.05.24 09:54 (MSK)	Сертификат 009DC815459E106917270D5E7462CA7B99