



11.06.2024



Утверждено  
 №1  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
 /Кортоножко Е.Ю.

**Примерное 2-х недельное меню для обеспечения двухразовым горячим питанием для оздоровительных лагерей с дневным пребыванием 7-11 лет**

| Наименование блюда                             | Вес блюда   | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.        | цена рубли    |
|--|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|
|  |             | Б                    | Ж            | У             |                                |               |               |
| <b>День 2 /неделя 2: Вторник</b>               | 7-11 лет    | 7-11 лет             | 7-11 лет     | 7-11 лет      |                                |               |               |
| <b>Завтрак</b>                                 |             |                      |              |               |                                |               |               |
| Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром | 200         | 5,3                  | 5,7          | 25,3          | 174                            | 54-27к/2022М  | 20            |
| Бутерброд с сыром (40/5/15)                    | 60          | 6,69                 | 8,38         | 19,33         | 180,27                         | 3/2017М       | 25            |
| Фрукты по сезону                               | 100         | 0,40                 | 0,40         | 9,80          | 47,00                          | 338/2017М     | 15            |
| Хлеб пшеничный                                 | 30          | 2,1                  | 0,3          | 14,49         | 70,14                          | 701/2010М     | 3             |
| Чай каркаде                                    | 200         | 0,16                 | 0,08         | 7,18          | 30,08                          | 54-45гн/2022Н | 6             |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>590</b>  | <b>14,65</b>         | <b>14,86</b> | <b>76,10</b>  | <b>501,49</b>                  |               |               |
| <b>Обед</b>                                    |             |                      |              |               |                                |               |               |
| Салат из свежих помидоров и огурцов            | 60          | 0,6                  | 3,64         | 2,07          | 42,42                          | 24/2017М      | 15,11         |
| Суп картофельный с крупой (пшено)              | 200         | 1,58                 | 2,17         | 9,69          | 68,60                          | 101/2017М     | 16            |
| Плов из птицы                                  | 200         | 14,54                | 15,46        | 34,20         | 334,41                         | 291/2017М     | 45            |
| Компот из изюма                                | 200         | 0,40                 | 0,10         | 18,40         | 75,80                          | 54-4хн/2022Н  | 10            |
| Хлеб пшеничный                                 | 40          | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010М     | 3             |
| Хлеб ржано-пшеничный                           | 30          | 1,68                 | 0,33         | 14,82         | 68,97                          | 702/2010М     | 3             |
| <b>Итого за Обед</b>                           | <b>730</b>  | <b>21,96</b>         | <b>22,10</b> | <b>98,50</b>  | <b>683,72</b>                  |               |               |
| <b>Всего за Вторник</b>                        | <b>1320</b> | <b>36,61</b>         | <b>36,96</b> | <b>174,60</b> | <b>1185,21</b>                 |               | <b>161,11</b> |

Согласовано:  
 Директор

11.06.2024г



Согласовано:  
Директор



Утверждено  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
/Кортоножко Е.Ю./

**Примерное 2-х недельное меню для обеспечения двухразовым горячим питанием для оздоровительных лагерей с дневным пребыванием 12 лет и старше**

| Наименование блюда                             | Вес блюда<br>12-18 лет | Пищевые вещества (г) |                |                | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.        | цена рубли    |
|--|------------------------|----------------------|----------------|----------------|--------------------------------|---------------|---------------|
|  |                        | Б<br>12-18 лет       | Ж<br>12-18 лет | У<br>12-18 лет |                                |               |               |
| <b>Завтрак</b>                                 |                        |                      |                |                |                                |               |               |
| Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром | 250                    | 6,6                  | 7,1            | 31,6           | 217,5                          | 54-27к/2022м  | 20            |
| Бутерброд с сыром (40/5/15)                    | 60                     | 6,69                 | 8,38           | 19,33          | 180,27                         | 3/2017м       | 25            |
| Фрукты по сезону                               | 100                    | 0,40                 | 0,40           | 9,80           | 47,00                          | 338/2017м     | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный                    | 30                     | 2,1                  | 0,3            | 14,49          | 70,14                          | 701/2010м     | 3             |
| Чай каркаде                                    | 200                    | 0,16                 | 0,08           | 7,18           | 30,08                          | 54-45гн/2022н | 6             |
| <b>Итого за завтрак</b>                        | <b>640</b>             | <b>15,95</b>         | <b>16,26</b>   | <b>82,40</b>   | <b>544,99</b>                  |               |               |
| <b>Обед</b>                                    |                        |                      |                |                |                                |               |               |
| Салат из свежих помидоров и огурцов            | 100                    | 1                    | 6              | 3,45           | 70,7                           | 24/2017м      | 15,11         |
| Суп картофельный с крупой (пшено)              | 250                    | 1,98                 | 2,72           | 12,11          | 85,75                          | 101/2017м     | 16            |
| Плов из птицы                                  | 200                    | 14,54                | 15,46          | 34,20          | 334,41                         | 291/2017м     | 45            |
| Компот из изюма                                | 200                    | 0,40                 | 0,10           | 18,40          | 75,80                          | 54-4хн/2022н  | 10            |
| Хлеб пшеничный йодированный                    | 40                     | 3,16                 | 0,4            | 19,32          | 93,52                          | 701/2010м     | 3             |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный              | 40                     | 2,24                 | 0,44           | 19,76          | 91,96                          | 702/2010м     | 3             |
| <b>Итого за Обед</b>                           | <b>830</b>             | <b>23,32</b>         | <b>25,12</b>   | <b>107,24</b>  | <b>752,14</b>                  |               |               |
| <b>Всего за Вторник</b>                        | <b>1470</b>            | <b>39,27</b>         | <b>41,38</b>   | <b>189,64</b>  | <b>1297,13</b>                 |               | <b>161,11</b> |