

14.06.2022г



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 7-11 лет**

Наименование блюда	Вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная пшеничная жидкая с маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5	54-24к/2022н	20
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	15
Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн/2022н	10
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>15,40</b>	<b>14,40</b>	<b>64,49</b>	<b>452,04</b>		
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>526,00</b>	<b>15,26</b>	<b>14,90</b>	<b>76,28</b>	<b>501,92</b>		

**Обед**

Салат из свежей капусты с зеленым горошком	60	1,12	6,60	3,40	77,50	54-9з/2022н	20,11
Суп гороховый	200	3,39	3,60	10,84	89,32	54-25с/2022н	16
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	77-1/2022 /54-3с/2022н	41
Пюре картофельное	150	3,20	5,20	19,80	139,40	128/2017м	20
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн/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>800</b>	<b>25,05</b>	<b>25,13</b>	<b>85,28</b>	<b>668,11</b>		
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1330</b>	<b>40,45</b>	<b>39,53</b>	<b>149,77</b>	<b>1120,15</b>		<b>161,11</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>783,00</b>	<b>26,18</b>	<b>23,66</b>	<b>100,95</b>	<b>723,12</b>		

14.06.2024г



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



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

Наименование блюда	Вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 5 /неделя 2: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	250	10,37	12,62	34,5	293,12	54-24к/2022н	20
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	15
Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21ГН/2022н	10
Хлеб пшеничный йодированный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3
<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>17,47</b>	<b>16,92</b>	<b>71,39</b>	<b>510,66</b>		
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>580,00</b>	<b>16,64</b>	<b>16,64</b>	<b>81,71</b>	<b>543,59</b>		

**Обед**

Салат из свежей капусты с зеленым горошком	100	1,87	11,00	5,60	129,10	54-9з/2022н	20,11
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	16
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	77-1/2022 /54-3с/2022н	41
Пюре картофельное	180	3,84	6,20	23,76	167,30	128/2017м	20
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн/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>930</b>	<b>27,84</b>	<b>31,54</b>	<b>99,09</b>	<b>792,93</b>		
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1530</b>	<b>45,31</b>	<b>48,46</b>	<b>170,48</b>	<b>1303,59</b>		
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>907,00</b>	<b>28,95</b>	<b>26,95</b>	<b>114,85</b>	<b>818,33</b>		