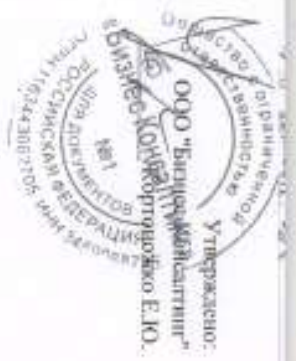


Директор
В.В.В. В.В.В. В.В.В. В.В.В.



4.06.24.



Примерное 10-ти дневное меню
 в лагерь с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании
 2 дня

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/кг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каши молочная пшеница жидкая с маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5	20,11	54-24к	2022г
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	20	338	2017г
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2017г
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32	10	54-2гн	2022г
Итого за прием пищи:	550	12,6	10,8	71,8	437,22			
Обед								
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	24	54-3з	2022г
Шри из свежей капусты с картофелем	200	2,6	4,0	6,9	74	20	54-1б	2022г
Котлета из птицы	90	14,6	18,7	13,6	235,8	32	77-2	2022
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	15	203	2017г
Кусель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2	10	360	2017г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010г
Хлеб пеклепашный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	3	702	2010г
Итого за прием пищи:	780	28,9	28,3	119,8	817,8	161,11		
Всего за день:		41,5	39,1	191,6	1304,5			

Атласованос:
 Директор *С.В. Вержичева*
 ООО «Вержичева-ассоциативная СВ»



5.06.24.



Примерное 10-ти дневное меню

и дат черк с. Аништым пребываниям детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципального образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании

3 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/лн	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Дипшиеник с творогом	200	17,2	16,7	39,0	375,1	30,11	208	2017м
Супе молочный (стакан)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	10	327	2017м
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	66,52	10	54-4м	2022н
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010м
Итого за прием пищи:	500	23,4	20,3	82,6	607,22			
Обед								
Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий и перец)	60	0,6	3,6	2,1	42,42	24	24	2017м
Суп с бобовыми (тароох)	200	4,6	4,4	15,2	117,8	20	54-25с	2022н
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8	30	77-1	2022
Картофельное пюре	150	3,1	7,4	21,6	164,8	16	128	1217м
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5	10	54-5м	2022н
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	790	27,6	24,3	103,5	738,12	161,11		
Всего за день:		51,0	44,6	186,1	1345,34			

6.06.24

Директор: *С.В. Давыдов*
Ирина Владимировна Давыдова



Примерное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/кг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каши молочная геркулесовая жидкая с маслом и сахаром	220	9,8	7,5	24,7	205,5	20,11	54-22к	2022г
Бутерброд с помидором	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3	25	2	2017г
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-37в	2022г
Итого за прием пищи:	507	13,4	14,8	66,3	547,9			
Обед								
Омлет по сезону (овурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52	24	54-25	2022г
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74	20	54-17с	2022г
Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	415	44	291	2017г
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-18и	2022г
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Хлеб пеклекарный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	760	29,7	30,1	111,6	792,22	161,11		
Всего за день:		43,1	44,9	177,9	1340,12			



Ч. 0621

Адресовано:
 Директор
 ООО "Бизнес Консалтинг Е.Ю."



Примерное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании
 5 дней

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена рубль	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод., г				
Завтрак								
Каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом	200	5,5	12,1	34,7	307	20,11	54-16к	2022н
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	20	338	2017м
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32	10	54-27н	2022н
Итого за прием пищи:	565	9,8	12,8	78,9	509,72			
Обед								
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	24	54-31	2022н
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42	20	54-7с	2022н
Котлета мясорубочная	90	11,7	13,7	12,0	180,9	30	77-6	2022
Горошина	150	13,5	6,9	35,0	202	16	55-21н	2022н
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5	10	54-58н	2022н
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пеклепальный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	790	37,4	27,2	118,1	775,42	161,11		
Всего за день:		47,2	40,0	197,0	1285,14			

отдислоцировано:
 Директор *С.В. Сидорова*
Сидорова Светлана Сергеевна



10.06.24

Утверждено:
 ООО "Бюджет Коалити" №1
 Корпоративному Е.Ю.
 Российская Федерация
 Республика Татарстан
 г. Казань

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/л	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	220	5,6	9,8	30,6	273,2	20,11	54-25к	2022г
Бутерброд с сыром	50/10/15	7,7	12,6	28,5	245,8	25	3	2017г
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022г
Итого за прием пищи:	502	13,6	22,4	69,7	562,52			
Обед								
Омлет по сезону (отуред свежий, помидор свежий и лук)	60	0,6	3,6	2,1	42,42	24	24	2017г
Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,0	10,4	84,5	20	54-28с	2022г
Фрикадельки с соусом	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4	30	77-7/54-3с	2022/2022г
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	15	203	2017г
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2	10	360	2017г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пеклеватый	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	790	29,9	25,9	121,6	819,12	161,11		
Всего за день:		43,5	48,3	191,3	1381,64			

Директор
Иван, Демина Анна Сергеевна



14.06.24



Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
в период каникул при 2-х разовом питании
7 день

Принес пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/кг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша молочная пшеничная жидкая с маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5	20,11	54-24к	2022г
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	20	338	2017г
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32	10	54-2гп	2022г
Итого за прием пищи:	550	12,6	10,8	71,8	437,22			
Обед								
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52	24	54-2г	2022г
Суп с бобовыми (горох)	200	4,6	4,4	15,2	117,8	20	54-25с	2022г
Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	415	45	291	2017г
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1кш	2022г
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Хлеб пеклепшанный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	740	32,9	30,5	117,9	836,02	161,11		
Всего за день:		45,5	41,3	189,7	1273,24			

Утверждено:
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
 И.И. Сидорова



13.06.07



Примерное 10-ти дневное меню
 в детском с дневным пребыванием детей дошкольной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании

8 дней

Продукт, наименование бренда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/кг	№ рецеп-туры	Срок годности
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак:								
Завтрак молочная с творогом	200	11,6	8,6	60,7	366,5	30,12	188	2017ж
Сыр молочный (блужный)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	10	327	2017ж
Чай с сахаром и лимон	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3ж	2022ж
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Итого за утренний прием:	507	16,5	11,1	102,3	575,62			
Обед:								
Овощи по сезону (оминатор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	24	54-3ж	2022ж
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74	20	54-17с	2022ж
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8	30	77-1	2022
Картофельное пюре	150	3,1	7,4	21,6	164,8	15	128	1217ж
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	10,2	42,5	10	54-5ж	2022ж
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Хлеб декоративный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за обеденный прием:	800	24,5	20,5	102,2	687,6			
Всего за день:		41,0	31,6	204,5	1263,22			

От должности:

Директор

В.И. Сидорова



19.06.19



Утверждено:
ООО "Бизнес Консалтинг"
Курьинского Е.Ю.

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений
в период каникул при 2-х разовом питании

9 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/кг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белков, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каши молочные мясные жидкая с маслом и сахаром	220	5,83	6,27	27,83	191,4	20,11	54-27к	2022и
Бульбурд с овощами	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3	25	2	2017и
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	66,52	10	54-4гн	2022и
Итого за прием пищи:	500	10,7	14,7	71,4	535,22			
Обед								
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий в варенье)	60	0,6	3,6	2,1	42,42	24	24	2017и
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42	20	54-7с	2022и
Котлета мясная/куриная	90	11,7	13,7	12,0	180,9	30	77-6	2022
Каши гречневая вязкая	150	4,8	6,2	28,0	180,6	15	171	2017и
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2	10	360	2017и
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	790	28,5	29,9	128,9	854,34	161,11		
Всего за день:		39,2	44,6	200,3	1389,56			

Сот. писание:

Директор _____

И.И.И., бухгалтер Елена С.И.



17.06.21

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений

в период каникул при 2-х разовом питании

10 дней

Примен пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/кг	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каши овсяная из риса и пшеницы Дружба с маслом	200	5,5	12,1	34,7	307	20,11	54-16к	2022н
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	20	338	2017н
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32	10	54-2гн	2022н
Итого за прием пищи:	565	9,8	12,8	78,9	509,72			
Обед								
Омлет по оному (отурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52	24	54-2з	2022н
Щи из свежей капусты с картошкой	200	2,6	4,0	6,9	74	20	54-1с	2022н
Тертые с соусом	90/30	9,4	18,8	14,3	223,2	31	77-5/54-3с	2022/2022н
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	15	203	2017н
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022н
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пеклевиный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	820	24,6	29,5	115,4	774,32			
Всего за день:		34,4	42,3	194,3	1284,04			161,11
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ								
Итого		б	ж	уг	ккал			
Итого за период		429,6	420,6	1 921,6	13246,87			
Среднее значение за период		43,0	42,1	192,2	1324,687			
Норма по СанПиН для детского питания 50% - 60% + 5%		38,5-46,2	39,5-46,7	167,5-201	1175-1410			

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могиланого изд. ДеЛи плюс, 2017 г.

Сборник рецептов банка и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт питания и энцефалологии Роспотребнадзора" 2022г.- 275с

В рацион питания предусмотрено использование хлеба с содержанием маиса и макаронотрестов.

В рацион - йодированная соль; морская рыба. В меню исключены свиные ошени и фрукты.

