

Согласовано

" " _____ 2024г.



Белоусов Н.А.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Организатор питания -ИП Белоусов Н.А.

На оказание услуг по обеспечению горячим питанием учащихся в возрасте 7-11 лет в специально оборудованных школьных столовых, отвечающих предъявленным требованиям в зданиях (пришкольный оздоровительный лагерь, с дневным пребыванием)

Составлено в соответствии с СанПин 2.3/2.4.3590-20

Сезонный период : весенне-летний

2024 год

Согласовано



Утверждаю
ИП Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 267, 2013г	Каша пшеничная молочная жидкая	21,00	200	7,80	9,46	35,80	283,60
П. 496, 2013г	Какао с молоком (1-й вариант)	10,00	200	3,60	3,30	25,00	144,00
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	465	18,38	21,22	78,22	602,80
ОБЕД							
П. 19, 2013г	Салат из свежих помидоров и огурцов	12,00	100	0,9	5,1	3,6	64,0
М. 99, 2017	Суп из овощей	12,00	250	1,59	4,99	9,15	95,25
П. 343, 2013г	Рыба, тушенная в томате с овощами (60/40)	45,00	100	9,50	5,14	4,50	102,14
П. 429, 2013г	Картофельное пюре	16,00	180	3,78	7,92	19,62	165,60
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П. 111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	905	21,49	24,56	94,32	693,89
ПОЛДНИК							
П. 503, 2013г	Кисель из концентрата плодового или ягодного	7,00	200	1,40	0,00	0,00	0,00
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
	ИТОГО	29,12	230	3,65	2,94	22,32	125,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1600	43,52	48,72	194,86	1421,79

Зав. производством

Согласовано



**Утверждаю
И.А. Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.**

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. цен ность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 267, 2013г	Каша пшеничная молочная жидкая	21,00	150	5,85	7,10	26,85	212,70
П.496, 2013г	Какао с молоком (1-й вариант)	10,00	200	3,60	3,30	25,00	144,00
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	415	16,43	18,86	69,27	531,90
ОБЕД							
П. 19, 2013г	Салат из свежих помидоров и огурцов	12,00	60	0,5	3,1	2,2	33,4
М, 99, 2017	Суп из овощей	12,00	200	1,27	3,99	7,32	76,20
П. 343, 2013г	Рыба, тушеная в томате с овощами (60/40)	45,00	100	9,50	5,14	4,50	102,14
П. 429, 2013г	Картофельное пюре	16,00	150	3,15	6,60	16,35	138,00
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	770	19,19	20,02	82,77	595,54
ПОЛДНИК							
П. 503, 2013г	Кисель из концентрата плодового или ягодного	7,00	200	1,40	0,00	0,00	0,00
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
	ИТОГО	29,12	230	3,65	2,94	22,32	125,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1415	39,27	41,82	174,36	1252,54

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
И.И. Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 268, 2013г	Каша рисовая молочная жидкая	21,00	200	5,55	8,63	32,40	229,40
П.501, 2013г	Кофейный напиток с молоком	10,00	200	3,2	2,7	15,9	79
П. 96, 2013г	Бутерброд с джемом или повидлом (2-й вариант)	22,61	40	1,2	4,2	20,4	124
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	ИТОГО	57,44	470	11,93	15,89	78,72	484,6
ОБЕД							
П.. 25, 2013г	Салат из сырых овощей (1-й вариант)	12,00	100	1,10	6,1	3,70	65,00
П.134, 2013г	Рассольник ленинградский	10	250	2,1	5,3	16,3	121,3
П. 479, 2013г	Сметана	2	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 405, 2013г	Курица в соусе с томатом	45	100	11,33	11,25	3,42	160,00
П. 237, 2013г	Каша гречневая рассыпчатая	16	180	10,26	9,40	44,50	303,70
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	915	30,7	34,9	125,7	933,1
ПОЛДНИК							
П. 112, 2013г	Фрукты по сезону	29,12	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО	29,12	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1505	43,13	51,28	216,16	1474,05

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
Н.А. Белоусов
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 262, 2013г	Каша манная молочная жидкая	21,00	200	6,2	7,5	30,9	215,4
П. 94, 2013г	Бутерброд с маслом (2-й вариант)	22,61	30	1,20	12,50	7,50	147,00
П. 494, 2013г	Чай с лимоном	10,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	460	9,48	20,32	63,58	475,60
ОБЕД							
П. 22, 2013г	Салат из свежих помидоров	12,00	100	1,0	10,2	3,5	110,0
П. 144, 2013г	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	12,00	250	2,30	4,25	15,13	108,00
П. 336, 2013г	Рыба, припущенная в молоке	45,00	100	13,40	7,20	3,10	129,00
П. 414, 2013г	Рис отварной	16,00	180	4,40	7,30	40,60	245,50
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П. 111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	875	24,57	29,69	99,56	763,80
ПОЛДНИК							
П. 494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 588, 2013г	Вафли	22,12	30	0,84	0,99	23,19	105,0
	ИТОГО	29,12	230	0,94	0,99	38,39	166
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1565	34,99	51,00	201,53	1405,40

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
<u>ЗАВТРАК</u>							
П. 268, 2013г	Каша рисовая молочная жидкая	21,00	150	4,16	6,47	24,30	172,05
П. 501, 2013г	Кофейный напиток с молоком	10,00	200	3,20	2,70	15,90	79,00
П. 96, 2013г	Бутерброд с джемом или повидлом (2-й вариант)	22,61	40	1,20	4,20	20,40	124,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	420	10,54	13,73	70,62	427,25
<u>ОБЕД</u>							
П. 25, 2013г	Салат из сырых овощей (1-й вариант)	12,00	60	0,66	3,66	2,22	39,00
П. 134, 2013г	Рассольник ленинградский	10	200	1,64	4,20	13,00	97,00
П. 479, 2013г	Сметана	2	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 405, 2013г	Курица в соусе с томатом	45	90	10,20	10,13	3,07	144,00
П. 237, 2013г	Каша гречневая рассыпчатая	16	150	8,55	7,85	37,08	253,05
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П. 111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	770	26,0	28,6	108,2	790,1
<u>ПОЛДНИК</u>							
П. 112, 2013г	Фрукты по сезону	29,12	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО	29,12	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1310	37,06	42,78	190,55	1273,70

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
 ИП Белюсов Н.А.
 Белюсов Н.А.

Меню
 " " июня 2024 года
 для организации горячего питания
 учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
<u>ЗАВТРАК</u>							
П. 262, 2013г	Каша манная молочная жидкая	21,00	150	4,65	5,60	23,15	161,55
П. 94, 2013г	Бутерброд с маслом (2-й вариант)	22,61	30	1,20	12,50	7,50	147,00
П.494, 2013г	Чай с лимоном	10,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	410	7,93	18,46	55,87	421,75
<u>ОБЕД</u>							
П. 22, 2013г	Салат из свежих помидоров	12,00	60	0,6	6,2	2,1	66,0
П. 144, 2013г	Суп картофельный с бобовыми (1 вариант)	12,00	200	1,84	3,40	12,10	86,40
П. 336, 2013г	Рыба, припущенная в молоке	45,00	100	13,40	7,20	3,10	129,00
П. 414, 2013г	Рис отварной	16,00	150	3,69	6,08	33,81	204,60
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	770	24,26	24,26	98,75	709,8
<u>ПОЛДНИК</u>							
П.494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 588, 2013г	Вафли	22,12	30	0,84	0,99	23,19	105,0
	ИТОГО	29,12	230	0,94	0,99	38,39	166
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1410	33,13	43,71	193,01	1297,55

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. цен ность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 266, 2013г	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	21,00	200	7,2	9,5	28,8	228,4
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	10,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	465	14,28	17,93	61,22	463,60
ОБЕД							
П. 2, 2013г	Салат витаминный	12,00	100	1,1	10,1	10,6	138
П. 157, 2013г	Суп с макаронными изделиями	12,00	250	2,38	5,08	16,40	120,80
М.270, 2017г	Котлеты Московские	45,00	100	11,76	14,33	28,20	336,96
П. 291, 2013г	Макаронные изделия отварные	16,00	180	6,8	0,8	34,9	173,9
П. 308, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	905	27,8	31,76	147,5	1036,54
ПОЛДНИК							
П. 390, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
П. 308, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
	ИТОГО	29,12	230	2,75	2,94	49,32	235,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1600	44,8	52,6	258,0	1735,2

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 266, 2013г	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	21,00	150	5,4	7,1	21,6	171,3
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	10,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	415	12,45	15,51	54,02	406,50
ОБЕД							
П. 2, 2013г	Салат витаминный	12,00	60	0,7	6,1	6,4	82,8
П. 157, 2013г	Суп с макаронными изделиями	12,00	200	1,90	4,06	13,12	96,60
М.270, 2017г	Котлеты Московские	45,00	90	10,58	12,90	25,38	303,26
П. 291, 2013г	Макаронные изделия отварные	16,00	150	5,66	0,68	29,04	144,90
П.494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	760	23,1	24,9	114,6	819,4
ПОЛДНИК							
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
	ИТОГО	29,12	230	2,75	2,94	49,32	235,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1175	35,6	40,4	168,6	1225,9

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 260, 2013г	Каша "Дружба"	21,00	200	5,26	11,66	25,06	226,20
П.496, 2013г	Какао с молоком (1-й вариант)	10,00	200	3,60	3,30	25,00	144,00
П. 96, 2013г	Бутерброд с джемом или повидлом (2-й вариант)	22,61	40	1,20	4,20	20,40	124,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	470	12,04	19,52	80,48	546,40
ОБЕД							
П. 18, 2013г	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	12,00	100	0,8	10,1	2,1	102,0
П. 142, 2013г	Щи из свежей капусты с картофелем	10,00	250	1,75	4,98	7,78	83,00
П. 479, 2013г	Сметана	2,00	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 412, 2013г	Котлеты, биточки, шницели припущенные	45,00	100	15,0	10,8	9,3	188,6
П. 237, 2013г	Каша гречневая рассыпчатая	16,00	180	10,26	9,40	44,50	303,70
П.494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	915	33,4	38,1	109,6	911,4
ПОЛДНИК							
П. 112, 2013г	Фрукты по сезону	29,12	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО	29,12	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1505	45,9	58,1	201,9	1514,2

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
Н.А. Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 260, 2013г	Каша "Дружба"	21,00	150	3,94	8,74	18,80	169,65
П.496, 2013г	Какао с молоком (1-й вариант)	10,00	200	3,60	3,30	25,00	144,00
П. 96, 2013г	Бутерброд с джемом или повидлом (2-й вариант)	22,61	40	1,20	4,20	20,40	124,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	420	10,72	16,60	74,22	489,85
ОБЕД							
П. 18, 2013г	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	12,00	60	0,5	6,1	1,3	61,2
П. 142, 2013г	Щи из свежей капусты с картофелем	10,00	200	1,40	3,98	6,22	66,40
П. 479, 2013г	Сметана	2,00	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 412, 2013г	Котлеты, биточки, шницели припущенные	45,00	90	13,50	9,64	8,36	169,71
П. 237, 2013г	Каша гречневая рассыпчатая	16,00	150	8,55	7,85	37,08	253,05
П.494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	770	28,49	30,28	93,92	758,36
ПОЛДНИК							
П. 112, 2013г	Фрукты по сезону	29,12	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО	29,12	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1310	39,7	47,4	179,9	1304,6

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
ИП Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 267, 2013г	Каша пшенная молочная жидкая	21,00	150	5,85	7,10	26,85	212,70
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	10,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	415,00	12,93	15,56	59,27	447,90
ОБЕД							
П. 22, 2013г	Салат из свежих помидоров	12,00	60	0,6	6,2	2,1	66,0
П. 128, 2013г	Борщ с капустой и картофелем	10,00	200	1,46	4,00	8,52	76,00
П. 479, 2013г	Сметана	2,00	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П.407, 2013г	Рагу из птицы (40/110)	61,00	150	11,83	12,35	13,63	212,57
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	50	3,30	0,60	16,70	87,00
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	700	20,2	25,47	83,73	646,37
ПОЛДНИК							
П. 588, 2013г	Вафли	22,12	30	0,84	0,99	23,19	105,0
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
	ИТОГО	29,12	230	1,34	1,19	45,39	198,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1345	34,47	42,22	188,39	1292,27

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
И.П. Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
<u>ЗАВТРАК</u>							
П. 267, 2013г	Каша пшеничная молочная жидкая	21,00	200	7,80	9,46	35,80	283,60
П. 493, 2012г	Чай с сахаром, вареньем, медом	10,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	465	14,88	17,92	68,22	518,80
<u>ОБЕД</u>							
П. 22, 2013г	Салат из свежих помидоров	12,00	100	1,0	10,2	3,5	110,0
П. 128, 2013г	Борщ с капустой и картофелем	10,00	250	1,83	5,00	10,65	95,00
П. 479, 2013г	Сметана	2,00	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 407, 2013г	Рагу из птицы (60/140)	61,00	200	15,77	16,46	18,17	283,43
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П. 111, 2012г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	835	24,58	34,57	90,13	771,53
<u>ПОЛДНИК</u>							
П. 588, 2013г	Вафли	22,12	30	0,84	0,99	23,19	105,0
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
	ИТОГО	29,12	230	1,34	1,19	45,39	198,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1530	40,80	53,68	203,74	1488,33

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
ИП Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 268, 2013г	Каша рисовая молочная жидкая	21,00	200	5,55	8,63	32,40	229,40
П.494, 2013г	Чай с лимоном	10,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 96, 2013г	Бутерброд с джемом или повидлом (2-й вариант)	22,61	40	1,20	4,20	20,40	124,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
ИТОГО		57,44	470	8,83	13,19	78,02	466,60
ОБЕД							
П. 25, 2013г	Салат из сырых овощей (1-й вариант)	12,00	100	1,10	6,1	3,70	65,00
П. 144, 2013г	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	12,00	250	2,30	4,25	15,13	108,00
П. 412, 2013г	Котлеты, биточки, шницели припущенные	45,00	100	15,0	10,8	9,3	188,6
П. 237, 2013г	Каша гречневая рассыпчатая	16,00	180	10,26	9,40	44,50	303,70
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	7,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
ИТОГО		99,44	905	34,0	31,9	118,0	882,2
ПОЛДНИК							
П. 112, 2013г	Фрукты по сезону	29,10	120	0,48	0,48	11,76	56,40
ИТОГО		29,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		186,0	1495	43,3	45,6	207,8	1405,2

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
 ИП Белоусов Н.А.
 Белоусов Н.А.

Меню
 " " июня 2024 года
 для организации горячего питания
 учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 268, 2013г	Каша рисовая молочная жидкая	21,00	150	4,16	6,47	24,30	172,05
П.494, 2013г	Чай с лимоном	10,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 96, 2013г	Бутерброд с джемом или повидлом (2-й вариант)	22,61	40	1,20	4,20	20,40	124,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	420	7,44	11,03	69,92	409,25
ОБЕД							
П.. 25, 2013г	Салат из сырых овощей (1-й вариант)	12,00	60	0,66	3,66	2,22	39,00
П. 144, 2013г	Суп картофельный с бобовыми (1 вариант)	12,00	200	1,84	3,40	12,10	86,40
П. 412, 2013г	Котлеты, биточки, шницели припущенные	45,00	90	13,50	9,64	8,36	169,71
П. 237, 2013г	Каша гречневая рассыпчатая	16,00	150	8,55	7,85	37,08	253,05
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	7,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	760	26,6	24,9	84,8	660,4
ПОЛДНИК							
П. 112, 2013г	Фрукты по сезону	29,10	120	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО	29,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,0	1 180	34,1	35,9	154,7	1 069,6

Зав. производством

Согласовано



тверждаю
Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню

" " июня 2024 года для организации горячего питания учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. цен ность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
<u>ЗАВТРАК</u>							
П. 165, 2013г	Суп молочный с макаронным изделиями	21,00	200	5,70	5,26	18,98	146,00
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П.501, 2013г	Кофейный напиток с молоком	10,00	200	3,20	2,70	15,90	79,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	465	15,88	16,42	52,30	400,20
<u>ОБЕД</u>							
П. 19, 2013г	Салат из свежих помидоров и огурцов	12,00	60	0,5	3,1	2,2	38,4
П. 142, 2013г	Щи из свежей капусты с картофелем	10,00	200	1,40	3,98	6,22	66,40
П. 479, 2013г	Сметана	2,00	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 336, 2013г	Рыба, припущенная в молоке	45,00	100	13,40	7,20	3,10	129,00
П. 429, 2013г	Картофельное пюре	16,00	150	3,15	6,60	16,35	138,00
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	780	23,48	23,77	75,83	611,8
<u>ПОЛДНИК</u>							
П. 503, 2013г	Кисель из концентрата плодового или ягодного	7,00	200	1,40	0,00	0,00	0,00
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
	ИТОГО	29,12	230	3,65	2,94	22,32	125,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1475	43,0	43,1	150,5	1137,1

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 260, 2013г	Каша "Дружба"	21,00	200	5,26	11,66	25,06	226,20
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П.496, 2013г	Какао с молоком (1-й вариант)	10,00	200	3,60	3,30	25,00	144,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
ИТОГО		57,44	465	15,84	23,42	67,48	545,40
ОБЕД							
П. 2, 2013г	Салат витаминный	12,00	100	1,1	10,1	10,6	138
П. 157, 2013г	Суп с макаронными изделиями	12,00	250	2,38	5,08	16,40	120,80
П. 405, 2013г	Курица в соусе с томатом	45,00	100	11,33	11,25	3,42	160,00
П. 417, 2013г	Пюре из гороха	16,00	180	17,53	1,73	34,87	209,52
П.494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
ИТОГО		99,44	905	37,7	29,6	110,9	846,2
ПОЛДНИК							
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
ИТОГО		29,12	230	2,75	2,94	49,32	235,10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		186,00	1600	56,25	55,93	227,74	1626,72

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 260, 2013г	Каша "Дружба"	21,00	150	3,94	8,74	18,80	169,65
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П.496, 2013г	Какао с молоком (1-й вариант)	10,00	200	3,60	3,30	25,00	144,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	415	14,52	20,50	61,22	488,85
ОБЕД							
П. 2, 2013г	Салат витаминный	12,00	60	0,7	6,1	6,4	82,8
П. 157, 2013г	Суп с макаронными изделиями	12,00	200	1,90	4,06	13,12	96,60
П. 405, 2013г	Курица в соусе с томатом	45,00	90	10,20	10,13	3,07	144,00
П. 417, 2013г	Пюре из гороха	16,00	150	14,61	1,44	29,06	174,60
П.494, 2013г	Чай с лимоном	7,00	200	0,10	0,00	15,20	61,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	760	31,7	22,9	92,3	689,8
ПОЛДНИК							
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,00	110,00
	ИТОГО	29,12	230	2,75	2,94	49,32	235,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1405	49,0	46,4	202,8	1413,8

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 262, 2013г	Каша манная молочная жидкая	21,00	150	4,65	5,60	23,15	161,55
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	10,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П.105, 2013г	Масло сливочное	20,61	10	0,05	8,25	0,08	74,80
П.111, 2013г	Батон нарезной	2,00	20	1,50	0,58	10,28	52,40
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	410	8,28	14,79	58,53	400,95
ОБЕД							
П. 18, 2013г	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	12,00	60	0,5	6,1	1,3	61,2
П. 153, 2013г	Суп с рыбными консервами	12,00	200	7,38	5,78	12,84	133,00
П. 389, 2013г	Тефтели из говядины паровые	43,00	90	12,42	11,43	7,83	183,60
П. 453, 2013г	Соус томатный	2,00	30	0,32	1,12	2,08	19,68
П. 291, 2013г	Макаронные изделия отварные	16,00	150	5,66	0,68	29,04	144,90
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,0	110,0
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	790	30,96	26,32	105,49	783,18
ПОЛДНИК							
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
П. 588, 2013г	Вафли	22,12	30	0,84	0,99	23,19	105,0
	ИТОГО	29,12	230	1,34	1,19	45,39	198
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1200	39,24	41,11	164,02	1184,13

Зав. производством

Согласовано



Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
<u>ЗАВТРАК</u>							
П. 262, 2013г	Каша манная молочная жидкая	21,00	200	6,2	7,5	30,9	215,4
П.493, 2013г	Чай с сахаром, вареньем, медом	10,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
П.105, 2013г	Масло сливочное	20,61	10	0,05	8,25	0,08	74,80
П.111, 2013г	Батон нарезной	2,00	20	1,50	0,58	10,28	52,40
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	460	9,83	16,65	66,24	454,80
<u>ОБЕД</u>							
П. 18, 2013г	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	12,00	100	0,8	10,1	2,1	102,0
П. 153, 2013г	Суп с рыбными консервами	12,00	250	9,23	7,23	16,05	166,25
П. 389, 2013г	Тефтели из говядины паровые	43,00	100	13,8	12,7	8,7	204,0
П. 453, 2013г	Соус томатный	2,00	30	0,32	1,12	2,08	19,68
П. 291, 2013г	Макаронные изделия отварные	16,00	180	6,8	0,8	34,9	173,9
П. 508, 2013г	Компот из смеси сухофруктов	7,00	200	0,50	0,00	27,0	110,0
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П.111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	935	36,71	33,4	121,23	932,71
<u>ПОЛДНИК</u>							
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
П. 588, 2013г	Вафли	22,12	30	0,84	0,99	23,19	105,0
	ИТОГО	29,12	230	1,34	1,19	45,39	198
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1625	47,9	51,2	232,9	1585,5

Зав. производством

Согласовано



Утверждаю
ИП Белоусов Н.А.
Белоусов Н.А.

Меню
" " июня 2024 года
для организации горячего питания
учащихся в летнем лагере

Возрастная категория: 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
П. 165, 2013г	Суп молочный с макаронным изделиями	21,00	250	7,13	6,58	23,73	182,50
П. 91, 2013г	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	22,61	35	5,00	8,10	7,40	123,00
П. 501, 2013г	Кофейный напиток с молоком	10,00	200	3,20	2,70	15,90	79,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	ИТОГО	57,44	515	17,31	17,74	57,05	436,70
ОБЕД							
П. 19, 2013г	Салат из свежих помидоров и огурцов	12,00	100	0,9	5,1	3,6	64,0
П. 142, 2013г	Щи из свежей капусты с картофелем	10,00	250	1,75	4,98	7,78	83,00
П. 479, 2013г	Сметана	2,00	10	0,26	1,50	0,36	16,20
П. 336, 2013г	Рыба, припущенная в молоке	45,00	100	13,40	7,20	3,10	129,00
П. 429, 2013г	Картофельное пюре	16,00	180	3,78	7,92	19,62	165,60
П. 510, 2013г	Компот из апельсинов с яблоками	7,00	200	0,50	0,20	22,20	93,00
П. 109, 2013г	Хлеб ржаной	3,83	45	2,97	0,54	15,03	78,30
П. 111, 2013г	Батон нарезной	3,61	30	2,25	0,87	15,42	78,60
	ИТОГО	99,44	915	25,81	28,31	87,11	707,7
ПОЛДНИК							
П. 503, 2013г	Кисель из концентрата плодового или ягодного	7,00	200	1,40	0,00	0,00	0,00
П. 590, 2013г	Печенье	22,12	30	2,25	2,94	22,3	125,1
	ИТОГО	29,12	230	3,65	2,94	22,32	125,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	186,00	1660	46,8	49,0	166,5	1269,5

Зав. производством