

УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР ООО "ПРОФИТАНИЕ"  
ТИТОВА Е.Л.

СОГЛАСОВАНО НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ:

## Примерное 10-ти дневное меню по организации горячего питания детей пребывающих в пришкольных лагерях.

| № РАСК, СБ, Р.     | ВЫХОД  | ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК                        | НАИМЕНОВАНИЕ | К/КАЛ   | БЕЛКИ  | ЖИРЫ   | УГЛЕВ  |
|--------------------|--------|------------------------------------------|--------------|---------|--------|--------|--------|
|                    |        | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ЗАВТРАК                                  |              |         |        |        |        |
| 54-1т-2020/2021    | 170/30 | Запеканка из творога с молоком сгущенным |              | 293,100 | 14,064 | 15,500 | 28,176 |
| 54-2тн-2020/2021   | 200    | Чай с сахаром                            |              | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| ПР                 | 200    | Сок яблочный                             |              | 90,000  |        |        | 20,000 |
| ПР                 | 40     | Батон                                    |              | 104,800 | 3,000  | 1,160  | 20,560 |
| ИТОГО:             | 640    |                                          |              | 514,700 | 17,264 | 16,660 | 75,236 |
|                    |        | ДЕНЬ: ВТОРНИК                            |              |         |        |        |        |
|                    |        | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ЗАВТРАК                                  |              |         |        |        |        |
| 27/1/2011          | 50     | Компоты домашние                         |              | 111,090 | 6,290  | 10,020 | 2,830  |
| 54-1т-2020/2021    | 150    | Макаронные отпарные                      |              | 202,000 | 5,300  | 5,500  | 28,700 |
| 54-3соус-2020/2021 | 50     | Соус красный основной                    |              | 36,550  | 1,650  | 1,350  | 4,450  |
| 54-2тн-2020/2021   | 200    | Чай с сахаром                            |              | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| 338/2011           | 100    | Фрукты (банан)                           |              | 96,000  | 1,500  | 0,500  | 21,000 |
| ПР                 | 30     | Хлеб ржаной                              |              | 68,400  | 2,380  | 0,390  | 13,560 |
| ИТОГО:             | 580    |                                          |              | 540,840 | 17,320 | 17,760 | 77,040 |
|                    |        | ДЕНЬ: СРЕДА                              |              |         |        |        |        |
|                    |        | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ЗАВТРАК                                  |              |         |        |        |        |
| 54-1о-2020/2021    | 200    | Омлет натуральный                        |              | 268,300 | 7,900  | 8,900  | 20,200 |
| 54-2тн-2020/2021   | 200    | Чай с сахаром                            |              | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| 405-470-406/2011   | 60     | Пирожок с яблоком                        |              | 141,600 | 5,710  | 7,670  | 28,730 |
| ПР                 | 40     | Батон                                    |              | 104,800 | 3,000  | 1,160  | 20,560 |
| ИТОГО:             | 500    |                                          |              | 541,500 | 16,810 | 17,730 | 75,990 |
|                    |        | ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ                            |              |         |        |        |        |
|                    |        | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ           |              |         |        |        |        |
|                    |        | ЗАВТРАК                                  |              |         |        |        |        |
| 174/2011           | 200    | Каша вязкая молочная из риса             |              | 248,800 | 9,900  | 12,050 | 28,950 |
| 54-2тн-2020/2021   | 200    | Чай с сахаром                            |              | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| 338/2011           | 100    | Фрукты (банан)                           |              | 96,000  | 1,500  | 0,500  | 21,000 |

|                   |         |                                          |         |        |        |        |
|-------------------|---------|------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|
| 1 / 2011          | 20 / 40 | Бултерброд с маслом                      | 171,200 | 5,200  | 4,820  | 19,140 |
| ИТОГО:            | 560     |                                          | 542,800 | 16,800 | 17,370 | 75,590 |
|                   |         | ДЕНЬ:ПЯТНИЦА                             |         |        |        |        |
|                   |         | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                           |         |        |        |        |
|                   |         | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ            |         |        |        |        |
|                   |         | ЗАВТРАК                                  |         |        |        |        |
| 222/2011          | 170/30  | Пудинг из творога с молоком сгущенным    | 279,100 | 13,380 | 15,590 | 27,710 |
| 54-2гн-2020/2021  | 200     | Чай с сахаром                            | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| ПР                | 200     | Сок яблочный                             | 90,000  |        |        | 20,000 |
|                   | 40      | Батон                                    | 104,800 | 3,000  | 1,160  | 20,560 |
| ИТОГО:            | 640     |                                          | 500,700 | 16,580 | 16,750 | 74,770 |
|                   |         | ДЕНЬ:ПОНЕДЕЛЬНИК                         |         |        |        |        |
|                   |         | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ                           |         |        |        |        |
|                   |         | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ            |         |        |        |        |
|                   |         | ЗАВТРАК                                  |         |        |        |        |
| 54-6к-2020/2021   | 200     | Каша вязкая молочная пшеница             | 268,000 | 9,300  | 9,700  | 33,016 |
| 54-2гн-2020/2021  | 200     | Чай с сахаром                            | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| 3 / 2011          | 20 / 40 | Бултерброд с сыром                       | 162,000 | 6,880  | 7,060  | 23,480 |
| 338/2011          | 100     | Фрукты (яблоко)                          | 47,000  | 0,400  | 0,400  | 9,800  |
| ИТОГО:            | 560     |                                          | 503,800 | 16,780 | 17,160 | 72,796 |
|                   |         | ДЕНЬ:ВТОРНИК                             |         |        |        |        |
|                   |         | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ                           |         |        |        |        |
|                   |         | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ            |         |        |        |        |
|                   |         | ЗАВТРАК                                  |         |        |        |        |
| 54-1т-2020/2021   | 170/30  | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 293,100 | 14,064 | 15,500 | 28,176 |
| 54-2гн-2020/2021  | 200     | Чай с сахаром                            | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| ПР                | 200     | Сок яблочный                             | 90,000  |        |        | 20,000 |
| ПР                | 40      | Батон                                    | 104,800 | 3,000  | 1,160  | 20,560 |
| ИТОГО:            | 640     |                                          | 514,700 | 17,264 | 16,660 | 75,236 |
|                   |         | ДЕНЬ:СРЕДА                               |         |        |        |        |
|                   |         | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ                           |         |        |        |        |
|                   |         | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ            |         |        |        |        |
|                   |         | ЗАВТРАК                                  |         |        |        |        |
| 54-3г-2020/2021   | 170/30  | Макаронны отварные с сыром               | 197,000 | 5,890  | 4,960  | 20,006 |
| 54-21гн-2020/2021 | 200     | Какао с молоком                          | 107,200 | 4,600  | 4,400  | 5,500  |
| 405-470-406/2011  | 60      | Пирожок с яблоком                        | 141,600 | 5,710  | 7,670  | 28,730 |
| 338/2011          | 100     | Фрукты (банан)                           | 96,000  | 1,500  | 0,500  | 21,000 |
| ИТОГО:            | 560     |                                          | 541,800 | 17,700 | 17,530 | 75,236 |
|                   |         | ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ                             |         |        |        |        |
|                   |         | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ                           |         |        |        |        |
|                   |         | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ            |         |        |        |        |
|                   |         | ЗАВТРАК                                  |         |        |        |        |
| 54-4о-2020/2021   | 200     | Омлет с сыром                            | 327,240 | 12,950 | 15,270 | 37,190 |
| 54-2гн-2020/2021  | 200     | Чай с сахаром                            | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| 338/2011          | 100     | Фрукты (яблоко)                          | 47,000  | 0,400  | 0,400  | 9,800  |

|                  |         |                                                                              |         |        |        |        |
|------------------|---------|------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|
| ПР               | 40      | Батон                                                                        | 104,800 | 3,000  | 1,160  | 20,560 |
| ИТОГО:           | 540     | ДЕНЬ: ПЯТНИЦА<br>НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ<br>ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ<br>ЗАВТРАК | 505,840 | 16,550 | 16,830 | 74,050 |
| 54-9к-2020/2021  | 200     | Каша вязкая молочная овсяная                                                 | 257,800 | 8,600  | 9,800  | 26,200 |
| 54-2гн-2020/2021 | 200     | Чай с сахаром                                                                | 26,800  | 0,200  |        | 6,500  |
| 3 / 2011         | 20 / 40 | Бутерброд с сыром                                                            | 162,000 | 6,880  | 7,060  | 23,480 |
| 338/2011         | 100     | Фрукты (банан)                                                               | 96,000  | 1,500  | 0,500  | 21,000 |
| ИТОГО:           | 560     |                                                                              | 542,600 | 17,180 | 17,360 | 77,180 |
| ВСЕГО:           | 5780    |                                                                              | 5249,28 | 170,25 | 171,81 | 753,12 |

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях/Под редакцией М.П. Могилевского и В.А. Тутельяна, 2011 год: сборника рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, 2021 год

БУХГАЛТЕР:

