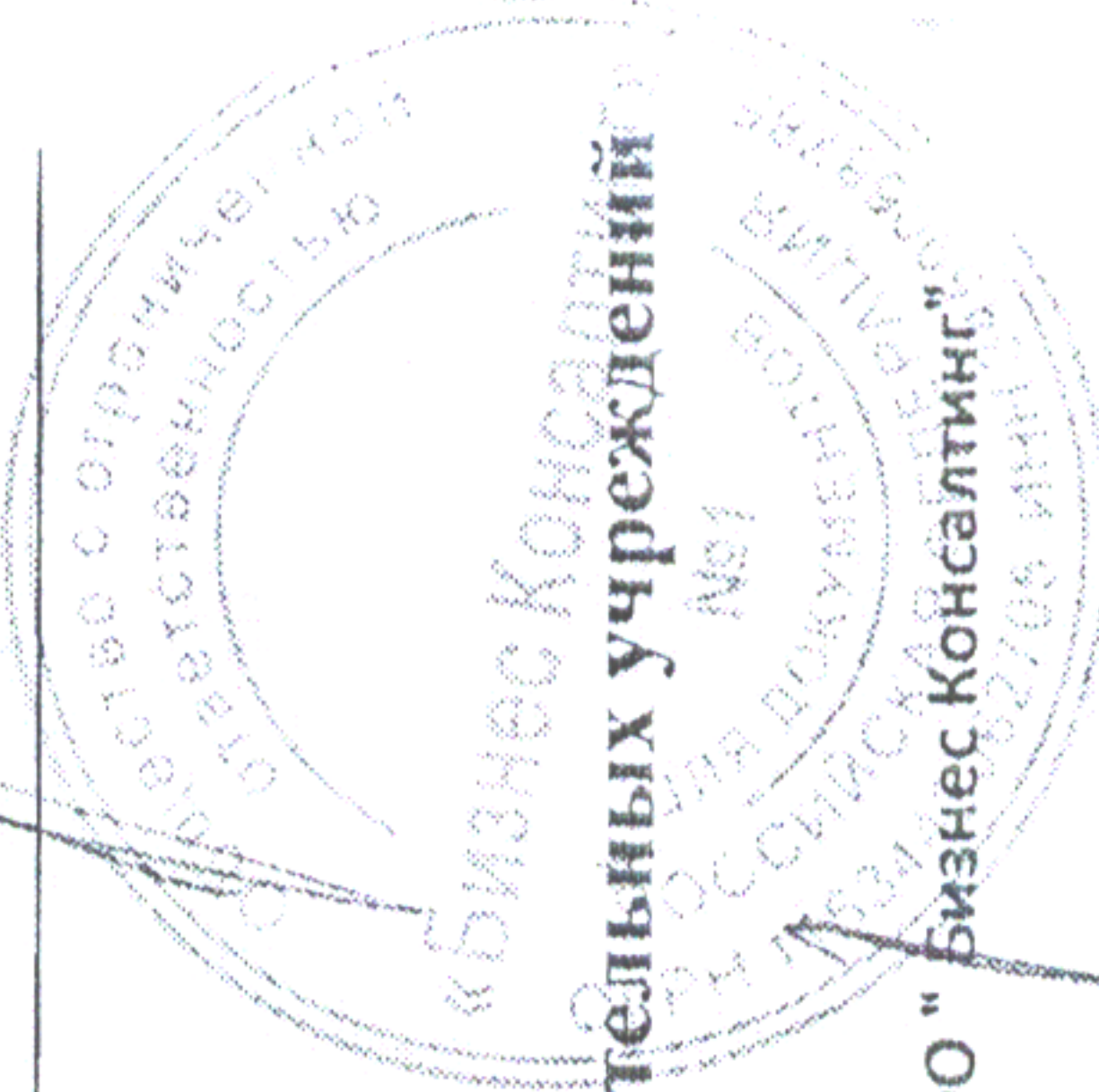


Утверждено  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Кортоножко Е.Ю.

Утверждено  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Кортоножко 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

Утверждено

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

5 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Цена рубли | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|--------------|------------------|
|                                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |              |                  |
| Завтрак                                     |              |                  |         |             |                               |            |              |                  |
| каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом | 200          | 5,5              | 12,1    | 34,7        | 307                           | 21         | 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         | 54-2гн       | 2022н            |
| Итого за прием пищи:                        | 565          | 9,8              | 12,8    | 78,9        | 509,72                        |            |              |                  |
| Обед                                        |              |                  |         |             |                               |            |              |                  |
| суп по сезону (помидор свежий)              | 60           | 0,7              | 0,1     | 2,3         | 12,8                          | 25         | 54-3з        | 2022н            |
| паста с макаронными изделиями               | 200          | 5,1              | 5,8     | 18,5        | 146,42                        | 20         | 54-7с        | 2022н            |
| отлета мясокапустная                        | 90           | 11,7             | 13,7    | 12,0        | 180,9                         | 36         | 77-6         | 2022             |
| пшеница                                     | 150          | 13,5             | 6,9     | 35,0        | 202                           | 16         | 55-21г       | 2022н            |
| компот из свежих плодов                     | 200          | 0,2              | 0,1     | 10,2        | 42,5                          | 10         | 54-5хн       | 2022н            |
| хлеб пшеничный                              | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          | 3          | 701          | 2010             |
| хлеб пеклеванный                            | 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                        | 169        |              |                  |
| Итого за день:                              |              | 47,2             | 40,0    | 197,0       | 1285,14                       |            |              |                  |