



Секция
Директор
Иванов Иван Иванович
02.06.2025 г.

Уведомлено
Директор ООО "

02.06.2025 г.

Иванов Иван Иванович



Примерное 10-ти дневное меню
в летний период пребывания детей возрастной группы 12 лет и старше на базе муниципальных образований учреждений
в период каникул при 2-х разовом питании

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая и ценность,	Цена руб./ли	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	6,62	7,12	31,62	217,9	20,89	54-27к	2022н
Пряник	70	4,20	6,52	49,77	274,45	25	п.г	
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022н
Итого за прием пищи:	537	11,1	13,6	79,6	552			
Обед								
Овощи по сезону (отурец свежий)	100	0,8	0,2	2,5	15	25	54-2з	2022н
Суп с макаронными изделиями	250	6,4	7,3	23,1	183	20	54-7с	2022н
Фрикадельки с соусом	100/30	17,7	14,2	8,9	212,7	36	77-7/54-3с	2022/2022н
Каша ячневая вязкая	180	5,8	7,4	33,6	216,72	15	171	2017м
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 пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	950	37,4	29,7	113,6	899,22	168,89		
Всего за день:		48,5	43,3	193,2	1451,22			

Директор ООО "Уфа-Деликатес"
 02.08.2025 г.

Утверждено Директор ООО "

02.08.2025 г.

2 день

Прием пищи, наименование блюда

СШ

Масса порции

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность

и калорийность

Цена в руб.

№ рецеп-туры

Сборник рецептур

2022г

2022г

2022г

2022г

2022г

2022г

2022г

2022г

Завтрак

Обед

Ужин

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Всего за день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность и калорийность	Цена в руб.	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
Каша молочная, пшеница, с маслом и сахаром	250	10,4	12,6	34,5	293,12	20,89	54-24к	2022г
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	2017м
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32	10	54-2гн	2022г
Итого за прием пищи:	600	14,7	13,3	78,7	495,84			
Обед								
Овощи по сезону (помидор свежий)	100	1,2	0,2	3,8	21,33	25	54-3з	2022г
Щи из свежей капусты с картофелем	250	3,3	5,0	8,6	92,5	20	54-1с	2022г
Котлета из птицы	100	16,2	20,8	15,1	262	38	77-2	2022г
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,9	39,4	235,92	15	203	2017м
Каркаде	200	0,2	0,1	7,2	30,08	10	54-45н	2022г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010м
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	3	702	2010м
Итого за прием пищи:	710	32,8	32,5	110,1	817,8	168,89		
Всего за день:		47,4	45,8	188,8	1304,5			

01.06.2025г.

Ильовская

02.06.2025г.

Специальный лист учета

3 день

Принем пищи, наименование блюда

Масса порции

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

Цена руб/кг

№ рецеп-туры

Сборник рецептур

№

Завтрак

Обед

Энергетическая ценность, ккал

Цена руб/кг

№ рецеп-туры

Сборник рецептур

№

Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)

300

8,3

11,8

26,8

246,44

34,89

54-25к

2022г

2022г

Чай с молоком

200

1,6

1,1

12,6

66,52

15

54-4гн

2022г

2022г

Хлеб пшеничный

50

3,7

0,3

24,3

114,8

5

701

2010г

2010г

Итого за прием пищи:

550

13,6

13,2

63,6

427,76

Обед

Овоши по сезону (огурец свежий, помидор свежий в нарезке)

100

1,0

6,0

3,5

70,66

25

24

2017г

2017г

Суп с бобовыми (горох)

250

5,8

5,5

19,0

147,25

20

54-25с

2022г

2022г

Котлеты рыбные (минтай)

100

13,6

9,1

15,9

199,77

36

77-1

2022г

2022г

Каша пшеничная с овощами

180

6,6

8,1

32,5

234,66

16

183

2017г

2017г

Компот из свежих плодов

200

0,2

0,1

10,2

42,5

10

54-5хн

2022г

2022г

Хлеб пшеничный

40

3,0

0,2

19,5

91,9

3

701

2010г

2010г

Итого за прием пищи:

920

27,6

29,4

121,2

885,64

168,89

Всего за день:

41,2

42,5

184,8

1313,4

Секретарь ООО "Углежидно Директор ООО"

02.06.2025

Прием пищи наименование блюда

4 день

02.06.2025

Общество с ограниченной ответственностью

Каша молочная тертая/песочная, заправка с маслом и сахаром	250	11,1	8,5	28,1	233,52	20,89	54-22к	2022н
Блинчики со молоком стуженым 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	25	399	2017м
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022н
Итого за прием пищи:	537	15,3	13,4	56,5	547,9			
Обед								
Овощи по сезону (огурец свежий)	100	0,8	0,2	2,5	14,16	25	54-2з	2022н
Суп из овощей	250	1,8	5,0	11,1	92,5	20	54-17с	2022н
Плов из птицы	250	25,5	31,6	45,6	518,75	50	291	2017м
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022н
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	800	35,5	37,5	124,0	920,11	168,89		
Всего за день:		50,8	50,9	180,5	1468,01			

Счет на оплату
№ 02.06.2025г.
02.06.2025г.

Утверждено Директор ООО "БП" 02.06.2025г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая и ценность,	Цена руб.ли	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом	250	6,9	15,1	43,4	383,75	20,89	54-16к	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	2010г
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32	10	54-2гн	2022г
Итого за прием пищи:	600	11,2	15,8	87,6	586,47			

Обед								
Овощи по сезону (помидор свежий)	100	1,2	0,2	3,8	21,33	25	54-3з	2022г
Суп с макаронными изделиями	250	6,4	7,3	23,1	183	20	54-7с	2022г
Котлета мясокрупная	100	13,0	15,2	13,3	201	36	77-6	2022г
Горохница	180	16,2	8,3	42,0	242,4	16	55-21г	2022г
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5	10	54-5хн	2022г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010г
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010г
Итого за прием пищи:	920	43,1	31,6	132,6	881,03	168,89		
Всего за день:		54,3	47,4	220,1	1467,5			

Заведующий кафедрой
 02.06.2015г.

Утверждено Директор ООО "

02.06.2015г.

6 день

Присем пищи с наименованием блюда

Масса порции

Пищевые вещества
 Белки, г Жиры, г Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

Цена руб/ли

№ рецеп-туры

Сборник рецептов

Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	250	Завтрак				310,45	20,89	54-25к	2022г
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал				
Бутерброд с сыром	50/10/15	7,7	12,6	28,5	245,8	245,8	25	3	2004
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	43,52	10	54-3гн	2022г
Итого за прием пищи:	532	14,4	23,7	73,9	599,77	599,77			

Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий в нарезке)	100	Обед				70,66	25	24	2017м
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал				
Борщ с капустой и картофелем	250	2,0	5,0	13,0	105,63	105,63	20	54-28с	2022г
Фрикадельки с соусом	100/30	17,7	14,2	8,9	212,7	212,7	36	77-7/54-3с	2022/2022г
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,9	39,4	235,92	235,92	15	203	2017м
Каркаде	200	0,2	0,1	7,2	30,08	30,08	10	54-45н	2022г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	91,9	3	701	2010
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	750	33,5	31,8	112,0	845,79	845,79	168,89		
Всего за день:		47,9	55,5	185,9	1445,56	1445,56			

УТВЕРЖДАЮ Директор ООО "

01.06.2025

7 день

Прием пищи, наименование блюда

Жиры	
------	--

Энергетическа

я ценность,	
-------------	--

Рубль

не печат-лйрби

peuentyp

0191

10



Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена в рублях	№ рецеп-туры	Срок хранения
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша молочная пшеничная с маслом и сахаром	250	10,4	12,6	34,5	293,12	21,89	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	54-2гн	2022г
Итого за прием пищи:	600	14,7	13,3	78,7	495,84			
Обед								
Овощи по сезону (отрупец свежий)	100	0,8	0,2	2,5	14,16	25	54-2з	2022г
Суп с бобовыми (горох)	250	5,8	5,5	19,0	147,25	20	54-25с	2022г
Гречка по купечески с курицей	200	13,2	17,8	37,5	363	50	458	2002г
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	4	701	2010
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	4	702	2010
Итого за прием пищи:	830	25,8	24,1	114,8	776,51		168,89	
Всего за день:		40,5	37,4	193,5	1272,35			

Врученному лицу
 02.06.2022
 02.06.2022

02.06.2022

164

Общество с ограниченной
 ответственностью

8 день

Принимать пищу, назначенные блюда

Масса порции

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность

Цена руб/ли

№ рецеп-туры

Сборник рецептур

№1

2017м

2022н

2010

Завтрак

Овощи по сезону (помидор свежий)

Суп из овошей

Котлеты рыбные (минтай)

Каша пшеничная с овощами

Компот из свежих плодов

Хлеб пшеничный

Хлеб пеклеваный

Итого за прием пищи:

Всего за день:

250

14,5

10,8

75,9

458,12

30,89

188

2017м

2022н

2010

50

0,9

2,2

6,7

50,8

10

327

2017м

2022н

2010

207

0,3

0,0

10,6

43,52

10

54-3гн

2022н

2010

50

3,7

0,3

24,3

114,8

4

701

2010

557

19,4

13,3

117,5

667,24

25

54-3з

2022н

250

1,8

5,0

11,1

92,5

20

54-17с

2022н

100

13,6

9,1

15,9

199,77

35

77-1

2022

180

6,6

8,1

32,5

234,66

16

183

2017м

200

0,2

0,1

10,2

42,5

10

54-5хн

2022н

50

3,7

0,3

24,3

114,8

4

701

2010

50

3,2

0,4

20,6

98,9

4

702

2010

930

30,2

23,1

118,4

804,46

168,89

49,6

36,4

235,9

1471,7

25

54-3з

2022н

100

1,2

0,2

3,8

21,33

25

54-3з

2022н

250

1,8

5,0

11,1

92,5

20

54-17с

2022н

100

13,6

9,1

15,9

199,77

35

77-1

2022

180

6,6

8,1

32,5

234,66

16

183

2017м

200

0,2

0,1

10,2

42,5

10

54-5хн

2022н

50

3,7

0,3

24,3

114,8

4

701

2010

50

3,2

0,4

20,6

98,9

4

702

2010

930

30,2

23,1

118,4

804,46

168,89

49,6

36,4

235,9

1471,7

25

54-3з

2022н

250

1,2

0,2

3,8

21,33

25

54-3з

2022н

250

1,8

5,0

11,1

92,5

20

54-17с

2022н

100

13,6

9,1

15,9

199,77

35

77-1

2022

180

6,6

8,1

32,5

234,66

16

183

2017м

200

0,2

0,1

10,2

42,5

10

54-5хн

2022н

50

3,7

0,3

24,3

114,8

4

701

2010

50

3,2

0,4

20,6

98,9

4

702

2010

930

30,2

23,1

118,4

804,46

168,89

49,6

36,4

235,9

1471,7

25

54-3з

2022н

250

1,2

0,2

3,8

21,33

25

54-3з

2022н

250

1,8

5,0

11,1

92,5

20

54-17с

2022н

100

13,6

9,1

15,9

199,77

35

77-1

2022

180

6,6

8,1

32,5

234,66

16

183

2017м

200

0,2

0,1

10,2

42,5

10

54-5хн

2022н

50

3,7

0,3

24,3

114,8

4

701

2010

50

3,2

0,4

20,6

98,9

4

702

2010

930

30,2

23,1

118,4

804,46

168,89

49,6

36,4

235,9

Исходные данные

Утверждено Директор ООО "

02.06.2025

9 день

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Энергетическая ценность, ккал

Цена руб/кг

№ рецеп-туры

Сборник рецептов

Завтрак

Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	6,62	7,12	31,62	217,9	20,89	54-27к	2022г
Праник	70	4,20	6,52	49,77	274,45	25	п.г	
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	66,52	10	54-4гн	2022г
Итого за прием пищи:	530	12,4	14,7	94,0	558,87			

Обед

Овощи по сезону (отурец свежий, помидор свежий в нарезке)	100	1,0	6,0	3,5	70,66	25	24	2017г
Суп с макаронными изделиями	250	6,4	7,3	23,1	183	20	54-7с	2022г
Котлета мясокрупчатая	100	13,0	15,2	13,3	201	36	77-6	2022г
Каша ячневая вязкая	180	5,8	7,4	33,6	216,72	15	171	2017г
Каркаде	200	0,2	0,1	7,2	30,08	10	54-45н	2022г
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	720	32,5	36,6	120,8	892,26	168,89		
Всего за день:		44,9	51,3	214,8	1451,13			

Утверждено Директор ООО "Сборник рецептов" 02.06.2025г.

Утверждено Директор ООО "Сборник рецептов" 02.06.2025г.

Общество с ограниченной ответственностью "Сборник рецептов"

Применение блюд		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена руб/лн	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Каша вязкая из риса и пшена, ложка с маслом		250	6,9	15,1	43,4	383,75	20,89	54-16к	2022г
Фрукты свежие (яблоко)		100	0,4	0,4	9,5	45,6	20	338	2017гидр
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	2022г
Итого за прием пищи:		600	11,2	15,8	87,6	586,47			
Обед									
Овощи по сезону (отруец свежий)		100	0,8	0,2	2,5	14,16	25	54-2з	2022г
Щи из свежей капусты с картофелем		250	3,3	5,0	8,6	92,5	20	54-1с	2022г
Тфтели с соусом		100/30	10,5	20,9	15,9	248	37	77-5/54-3с	2022/2022г
Макаронные изделия отварные		180	6,5	5,9	39,4	235,92	15	203	2017м
Компот из смеси сухофруктов		200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022г
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:		950	27,8	29,5	126,3	862,38	168,89		
Всего за день:			38,9	42,3	213,8	1448,85			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	409,7	405,4	1791,1	12626,72
Среднее значение за период	41,0	40,5	179,1	1262,672

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

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макронутриентов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.