Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
_____Е.С. Волина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
_____П.П. Недаривозова
05.05.2023г.

Меню 1 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
226	280	226	Каша молочная жидкая	150	250
71	71	76	Масло сливочное (порциями)	10	10
34	34	72	Сыр сычужный твердый (порциями)	10	10
241	241	539	Булочка домашняя	60	60
192	192	79	Фрукты свежие (Банан)	200	200
41	41	458	Чай с сахаром	200	200
748	859		Итого:	630	730
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
69	88	92	Борщ с капустой и картофелем и мясом	200	250
250	300	454	Котлета по-хлыновски	100	120
230	306	257	Макаронные изделия отварные	150	200
7	14	145	Овощи свежие (порциями) Огурцы	60	100
36	36	171	Компот из смеси сухофруктов	200	200
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
111	111	П.Т.	Мороженое молочное шоколадное в вафельном стаканчике	65	65
884	1036		Итого:	855	1015
1632	1895		ВСЕГО	1485	1745
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
_____ Е.С.Лопина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
_____ О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 2 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
236	326	231	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	250
68	68	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	20	20
61	61	459	Чай с лимоном	200	200
180	180	437	Булочка «Янтарная»	60	60
86	86	79	Фрукты свежие (Апельсин)	200	200
631	721		**Итого:**	680	730
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
124	155	99	Суп гороховый на мясном бульоне	200	250
287	287	562	Поджарка	100	100
217	300	378	Каша пшеничная рассыпчатая	150	180
14	24	145	Овощи свежие (порциями) Помидоры	60	100
52	52	390	Компот из свежих плодов	200	200
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
90	90	П.Т.	Сок яблочный	200	200
965	1089		**Итого:**	990	1110
1596	1810		**ВСЕГО**	1670	1840
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Лопина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 3 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
360	564	157/288	Вареники ленивые	200	250
71	71	76	Масло сливочное порциями	20	20
155	155	461	Какао с молоком	200	200
264	264	429	Булочка «Веснушка»	80	80
850	1054		**Итого:**	500	550
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
166	166	113	Суп с изделиями макаронными на мясо-костном бульоне	250	250
252	252	369	Котлеты из птицы	100	100
260	312	204	Каша гречневая рассыпчатая	150	180
7	14	145	Овощи свежие (порциями) Огурцы	60	100
74	74	436	Напиток из лимона	200	200
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
86	86	79	Фрукты свежие (Апельсин)	200	200
107	107	П.Т.	Шоколад «Алёнка»	20	20
1133	1192		**Итого:**	1060	1130
1444,33	2246		**ВСЕГО**	1560	1680
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
_____ Е.С. Лопина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 4 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
460	496	1046	Оладьи со сметаной	200	250
108	108	468	Ряженка	200	200
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
30	30	П.Т.	Мороженое «Фруктовый лед»	50	50
716	752		Итого:	500	550
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
132	174	167	Суп картофельный с клецками	200	250
435	531	502	Плов из птицы (1 вариант)	200	250
7	12	145	Овощи свежие (порциями) помидоры	30	50
3	7	145	Овощи свежие (порциями) огурцы	30	50
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
92	92	498	Сок яблочный	200	200
241	241	539	Булочка домашняя	60	60
1091	1238		Итого:	800	940
1807	1990		ВСЕГО	1300	1490
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
_____ Е.С. Попина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 5 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
372	372	258	Макаронные изделия отварные с сыром	250	250
198	198	П.Т.	Печенье	50	50
97	97	463	Кофейный напиток	200	200
47	47	79	Фрукты свежие (Груша)	100	100
714	714		**Итого:**	600	600
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
168	168	111	Суп картофельный с бобовыми	250	250
294	296	298	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	180
191	216	374	Пюре картофельное	180	200
14	14	145	Овощи свежие (порциями) Огурцы	100	100
36	36	171	Компот из смеси сухофруктов	200	200
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
884	911		**Итого:**	910	1010
1598	1625		**ВСЕГО**	1510	1610
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Лепина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 6 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
178	277	233	Каша рисовая молочная жидкая	180	250
264	264	429	Булочка «Веснушка»	80	80
64	64	460	Чай с молоком	200	200
86	86	79	Фрукты свежие (Апельсин)	200	200
592	691		Итого:	660	730
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
103	133	105	Суп с макаронами на курином бульоне	200	250
183	183	142	Фрикадельки из птицы	100	100
217	300	378	Каша пшеничная рассыпчатая	150	180
89	89	50	Икра из уваренных кабачков собственного производства	100	100
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
74	74	436	Напиток из лимона	200	200
90	90	П.Т.	Сок яблочный в ИУ	200	200
937	1050		Итого:	1030	1110
1529	1741		ВСЕГО	1690	1840
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Лапина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 7 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
326	326	231	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	250	250
241	241	539	Булочка домашняя	60	60
116	116	468	Кефир	200	200
198	198	П.Т.	Печенье	50	50
881	881		**Итого:**	560	560
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
71	71	92	Борщ с капустой и картофелем	250	250
486	648	258	Жаркое по-домашнему (свинина)	210	280
24	24	145	Овощи свежие (порциями) помидоры	100	100
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
92	92	498	Сок яблочный	200	200
30	30	П.Т.	Мороженое «Фруктовый лед»	50	50
884	1046		**Итого:**	890	960
1450	1927		**ВСЕГО**	1765	1520
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
_____ Е.С. Попина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
_____ О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 8 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
360	564	157/288	Вареники ленивые	200	250
71	71	76	Масло сливочное (порциями)	20	20
68	68	72	Сыр сычужный твердый (порциями)	20	20
241	241	539	Булочка домашняя	60	60
155	155	461	Какао с молоком	200	200
192	192	79	*Фрукты свежие (Банан)*	200	200
1087	1291		**Итого:**	700	750
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
126	157	91	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	250
252	252	369	Котлеты из птицы	100	100
230	297	255	Макаронные изделия отварные	150	180
3	7	145	Овощи свежие (порциями) огурцы	30	50
7	12	145	Овощи свежие (порциями) помидоры	30	50
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
52	52	390	Компот из свежих плодов	200	200
482	482	П.Т.	Шоколад «Алёнка»	90	90
1333	1440		**Итого:**	880	1000
2420	2731		**ВСЕГО**	1580	1750
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
_____ Е.С. Ловина
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 9 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием
МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
185	185	233	Каша рисовая молочная жидкая	200	200
71	71	76	Масло сливочное (порциями)	20	20
332	332	539	Ватрушка «Лакомка»	75	75
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
41	41	458	Чай с сахаром	200	200
747	748,2		**Итого:**	545	625
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
174	174	167	Суп картофельный с клецками	250	250
486	486	258	Жаркое по-домашнему (свинина)	210	210
7	14	145	Овощи свежие (порциями) Огурцы	60	100
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
36	36	171	Компот из смеси сухофруктов	200	200
94	94	79	Фрукты свежие (Груша)	200	200
978	985		**Итого:**	1000	1040
1725	1732		**ВСЕГО**	1545	1585
			Стоимость	232, 31 руб.	

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Попова
05.05.2023г.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
О.П. Недайвозова
05.05.2023г.

Меню 10 дня для обеспечения двухразовым питанием обучающихся для детских оздоровительных летних лагерей с дневным пребыванием МБОУ Гимназия № 10 с 01.06.2023г.

ЭЦ/ккал		№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	
7-11 лет	12-18 лет		Завтрак	7-11 лет	12-18 лет
261	286	267	Омлет натуральный	150	250
8	8	38	Горошек зелёный консервированный	20	20
68	68	72	Сыр сычужный твердый (порциями)	20	20
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
75	75	432	Кофейный напиток б/м	200	200
241	241	539	Булочка домашняя	60	60
771	945		Итого:	500	600
7-11 лет	12-18 лет		Обед	7-11 лет	12-18 лет
116	247	113	Суп с изделиями макаронными	200	250
294	294	298	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	100
150	191	472/374	Пюре картофельное	150	180
14	24	145	Овощи свежие (порциями) помидоры	60	100
118	118	13002	Хлеб пшеничный обогащенный	50	50
63	63	13002	Хлеб ржаной обогащенный	30	30
92	92	498	Сок яблочный	200	200
102	111	П.Т.	Мороженое молочное шоколадное в вафельном стаканчике	60	65
192	192	79	Фрукты свежие (Банан)	200	200
1141	1332		Итого:	1050	1175
1912	2277		ВСЕГО	1550	1775
			Стоимость	232, 31 руб.	