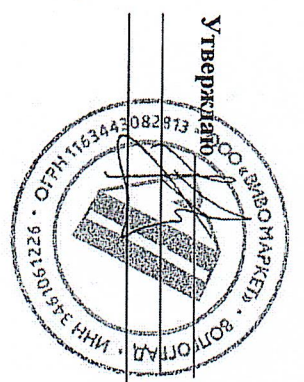




Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании

2 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 200 | 14,2 | 18,8 | 36,4 | 339,0 | ТТК №101 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БЕЛКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/20 | 4,0 | 1,0 | 22,8 | 140,9 | ТТК №127 |
| Итого за прием пищи: | 610 | 19,0 | 20,4 | 88,5 | 606,3 | |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №1 |
| ШИШ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,6 | 3,4 | 8,0 | 70,4 | ТТК №47 |
| КОЛЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77 | 90 | 13,0 | 16,3 | 18,3 | 199,2 | ТТК №77 |
| РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ ТТК №180 | 150 | 5,4 | 5,7 | 33,5 | 181,0 | ТТК №180 |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,6 | 0,0 | 32,0 | 131,9 | 707 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 790 | 27,7 | 26,2 | 137,7 | 800,9 | |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 150 | 8,30 | 10,80 | 54,00 | 347,80 | ТТК №100 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 14,10 | 15,80 | 62,00 | 453,80 | |
| Всего за вариант: | | 60,80 | 62,36 | 288,20 | 1 861,00 | |

Зав. производством



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

3 Вариант

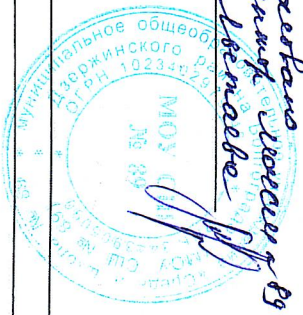
19.06.18



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80 | 200 | 16,31 | 23,0 | 26,8 | 265,7 | ТТК №80 |
| ЕЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СТУПЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90 | 4,3 | 6,00 | 34,70 | 207,2 | ТТК №387 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,5 | 24,3 | 114,8 | ТТК №6 |
| Итого за прием пищи: | 540 | 24,51 | 29,3 | 100,8 | 645,7 | |
| Обед | | | | | | |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326 | 60 | 0,8 | 1,9 | 4,2 | 35,4 | ТТК №326 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 200 | 1,9 | 4,2 | 12,6 | 96,8 | ТТК №46 |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468 | 150 | 16,4 | 19,0 | 30,1 | 379,3 | ТТК №468 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | ТТК №6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | ТТК №7 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 27,6 | 26,1 | 114,9 | 827,2 | |
| Полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №903 | 150 | 7,20 | 5,90 | 47,60 | 268,00 | ТТК №903 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54 | 200 | 0,1 | 0,0 | 16,7 | 69,5 | ТТК №54 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 7,30 | 5,90 | 64,30 | 337,50 | |
| Всего за вариант: | | 59,39 | 61,26 | 280,00 | 1 810,40 | |

Зав. производством

(Signature)



Специально
 Директор
 И. В. Степанова

Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании

19.06.16

5 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 200 | 11,0 | 18,4 | 38,8 | 315,0 | ТТК №82 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,70 | 5,10 | 17,10 | 149,90 | ТТК №380 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | ТТК №6 |
| Итого за прием пищи: | 505 | 20,0 | 23,8 | 97,7 | 649,3 | |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №1 |
| СУП С КРУТОЙ (рисовая) ТТК №44 | 200 | 3,8 | 4,2 | 13,2 | 97,6 | ТТК №44 |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116 | 150 | 17,5 | 16,9 | 39,4 | 405,1 | ТТК №116 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ | 200 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 43,3 | ТТК №549 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК №6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК №7 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 28,7 | 21,9 | 108,8 | 764,4 | |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладкая) ТТК №100 | 150 | 8,30 | 10,80 | 54,00 | 347,80 | ТТК №100 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 14,10 | 15,80 | 62,00 | 453,80 | |
| Всего за вариант: | | 62,80 | 61,53 | 268,53 | 1 867,54 | |

Зав. производством



22.06.16

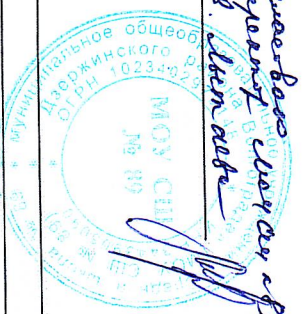
Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании

6 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 200 | 14,2 | 18,8 | 36,4 | 339,0 | ТТК №101 |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90 | 4,3 | 6,00 | 34,70 | 207,2 | ТТК №387 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | ТТК № 6 |
| Итого за прием пищи: | 520 | 20,9 | 25,0 | 100,7 | 673,1 | |
| Обед | | | | | | |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326 | 60 | 0,8 | 1,9 | 4,2 | 35,4 | ТТК №326 |
| СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 200 | 1,9 | 4,2 | 12,6 | 96,8 | ТТК №46 |
| ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795 | 150 | 22,2 | 23,5 | 21,5 | 414,4 | ТТК №795 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 31,2 | 30,4 | 93,3 | 799,8 | |
| Полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903 | 150 | 7,20 | 5,90 | 47,60 | 268,00 | ТТК №903 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54 | 200 | 0,1 | 0,0 | 16,7 | 69,5 | ТТК №54 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 7,30 | 5,90 | 64,30 | 337,50 | |
| Всего за вариант: | | 59,39 | 61,26 | 258,30 | 1 810,40 | |

Зав. производством

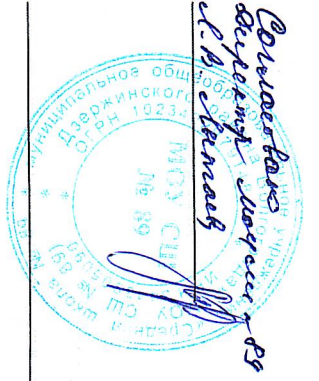


23.06.22

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

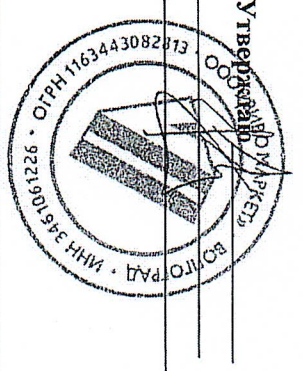


| Прием пищи, наименование блюда | 7 Вариант | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № регла-туры |
|--|-----------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513 | | 200/50 | 15,3 | 15,6 | 68,4 | 346,0 | ТТК №513 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | | 30/20 | 3,30 | 0,80 | 19,00 | 117,40 | ТТК №127 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | ТТК № 6 |
| Итого за прием пищи: | | 555 | 23,0 | 16,7 | 129,4 | 649,8 | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,2 | ТТК №543 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | | 200 | 1,6 | 3,4 | 8,0 | 70,4 | ТТК №47 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | | 150 | 21,8 | 26,5 | 28,0 | 482,0 | ТТК №67 |
| КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ | | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | | 700 | 30,8 | 34,2 | 102,2 | 885,6 | |
| Полдник | | | | | | | |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ДИОМ ТТК №155 | | 150 | 7,80 | 10,70 | 48,70 | 334,00 | ТТК №155 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| Итого за прием пищи: | | 350 | 13,60 | 15,70 | 56,70 | 440,00 | |
| Всего за вариант: | | | 67,44 | 66,55 | 288,28 | 1 975,35 | |
| Зав. производством: _____ | | | | | | | |



Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерьях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании

8 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ВЯЖДАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 200 | 9,3 | 18,8 | 30,2 | 289,0 | ТТК №653 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 7,89 | 7,14 | 0,44 | 97,47 | 337 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| Итого за прием пищи: | 514 | 21,1 | 26,3 | 69,9 | 559,3 | |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №1 |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ) | 200 | 6,1 | 4,6 | 16,0 | 130,4 | ТТК №43 |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468 | 150 | 16,4 | 19,0 | 30,1 | 379,3 | ТТК №468 |
| СОКНЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,6 | 0,0 | 32,0 | 131,9 | 707 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 30,2 | 24,4 | 124,0 | 860,0 | |
| Полдник | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 150 | 8,30 | 10,80 | 54,00 | 347,80 | ТТК №100 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ | 200 | 0,3 | 0,1 | 10,2 | 43,0 | ТТК №547 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 8,55 | 10,90 | 64,22 | 390,78 | |
| Всего за вариант: | | 59,84 | 61,51 | 258,16 | 1 810,05 | |

Зав. производством _____



Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании

9 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЖКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 200 | 11,0 | 18,4 | 38,8 | 315,0 | ТТК №82 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №12011 | 40/10 | 3,15 | 9,70 | 18,90 | 157,3 | 1/2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| Итого за прием пищи: | 500 | 18,0 | 28,4 | 97,0 | 645,1 | |
| Обед | | | | | | |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326 | 60 | 0,8 | 1,9 | 4,2 | 35,4 | ТТК №326 |
| СУП С КРУПКОЙ (рисовая) ТТК №44 | 200 | 3,8 | 4,2 | 13,2 | 97,6 | ТТК №44 |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116 | 150 | 17,5 | 16,9 | 39,4 | 405,1 | ТТК №116 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 28,4 | 23,8 | 111,8 | 791,3 | |
| Полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903 | 150 | 7,20 | 5,90 | 47,60 | 268,00 | ТТК №903 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 13,00 | 10,90 | 55,60 | 374,00 | |
| Всего за вариант: | | 59,41 | 63,06 | 264,40 | 1 810,40 | |

Зав. производством _____

