

Согласовано

20 года

Коние Венера Иса

Утверждаю: ООО "Венера"

Иванова И.В.



20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

1 Вариант

| Присм пищи, наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|--------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                                      |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82                  | 200          | 11,0             | 18,4    | 38,8        | 315,0                         | ТТК №82      |
| ЙИЦО ВАРЕННОЕ ВКРУТУЮ №337                                   | 1шт          | 7,89             | 7,14    | 0,44        | 97,47                         | 337          |
| 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 присм пищи:                                         | 519          | 23,29            | 25,84   | 81,24       | 598,87                        |              |
| Обед                                                         |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                     | 60           | 0,8              | 3,6     | 5,0         | 55,2                          | ТТК №543     |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ТОРОХ)                               | 200          | 6,1              | 4,6     | 16,0        | 130,4                         | ТТК №43      |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564 | 150          | 14,4             | 19,6    | 37,5        | 370,4                         | ТТК №564     |
| КОМПОТ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                             | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7      |
| Итого за присм пищи:                                         | 700          | 27,9             | 28,5    | 119,7       | 834,0                         |              |
| Всего за вариант:                                            |              | 51,19            | 54,34   | 200,94      | 1 432,87                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-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 ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 200          | 14,2             | 18,8    | 36,4        | 339,0                         | ТТК №101     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №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       |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47      | 200          | 1,6              | 3,4     | 8,0         | 70,4                          | ТТК №47      |
| КОГЛЕТА 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                               | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7      |
| Итого за прием пищи:                           | 790          | 27,7             | 26,2    | 137,7       | 800,9                         |              |
| Всего за вариант:                              |              | 46,70            | 46,60   | 226,20      | 1 407,20                      |              |

Согласовано

20 года

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80        | 200          | 16,31            | 23,0    | 26,8        | 265,7                         | ТТК №80      |
| 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                                        | 50           | 3,7              | 0,3     | 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                      | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                                  | 730          | 27,6             | 26,1    | 114,9       | 827,2                         |              |
| Всего за вариант:                                     |              | 52,11            | 55,40   | 215,70      | 1 472,90                      |              |

Согласовано

20 года

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-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                                             | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6      |
| Итого за прием пищи:                                       | 550          | 22,6             | 16,7    | 126,9       | 638,2                         |              |
| Обед                                                       |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                   | 60           | 0,8              | 3,6     | 5,0         | 55,2                          | ТТК №543     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28                       | 200          | 2,7              | 4,0     | 9,5         | 83,2                          | ТТК №28      |
| ПЮШ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                       | 150          | 21,8             | 26,5    | 28,0        | 482,0                         | ТТК №67      |
| КОМПОТ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                           | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7      |
| Итого за прием пищи:                                       | 700          | 31,9             | 34,8    | 103,7       | 898,4                         |              |
| Всего за вариант:                                          |              | 54,50            | 51,50   | 230,60      | 1 536,60                      |              |

20 года

20 годa

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет в период каникул при 2-х разовом питании

## 5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |
| <b>Завтрак</b>                                 |              |                  |              |               |                               |              |
| 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      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>505</b>   | <b>20,0</b>      | <b>23,8</b>  | <b>97,7</b>   | <b>649,3</b>                  |              |
| <b>Обед</b>                                    |              |                  |              |               |                               |              |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                           | 60           | 0,9              | 0,1          | 5,1           | 24,4                          | ТТК №1       |
| СУП С КРУПНОЙ (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      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>700</b>   | <b>28,7</b>      | <b>22,0</b>  | <b>108,8</b>  | <b>764,4</b>                  |              |
| <b>Всего за вариант:</b>                       |              | <b>48,70</b>     | <b>45,80</b> | <b>206,50</b> | <b>1 413,70</b>               |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



20 года

6 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     |
| БЛИНЧИКИ 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                                          | 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                                                    |              |                  |         |             |                               |              |
| МОРОКОВЬ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                        | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7      |
| Итого за прием пищи:                                    | 700          | 31,2             | 30,4    | 93,3        | 799,8                         |              |
| Всего за вариант:                                       |              | 52,10            | 55,40   | 194,00      | 1 472,90                      |              |

Согласовано

20 года

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-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      |
| ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                      | 150          | 21,8             | 26,5    | 28,0        | 482,0                         | ТТК №67      |
| КОМПОТ 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ                                            | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7      |
| Итого за прием пищи:                                       | 700          | 30,8             | 34,2    | 102,2       | 885,6                         |              |
| Всего за вариант:                                          |              | 53,80            | 50,90   | 231,60      | 1 535,40                      |              |

Согласовано

Копия передана  
Иванова И.В.

20 года

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                             |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 200          | 9,3              | 18,8    | 30,2        | 289,0                         | ТТК №653     |
| ЙОГУ 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          | 21,09            | 26,24   | 69,94       | 559,27                        |              |
| 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     |
| 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 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                         |              |
| Всего за вариант:                                   |              | 51,29            | 50,64   | 193,94      | 1 419,27                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



9 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                |              | 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 МАСЛОМ №1/2011                     | 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          | 18,05            | 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 КРУПНОЙ (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 ПЕКСЛЕВАННЫЙ                              | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК №7      |
| Итого за прием пищи:                           | 700          | 28,4             | 23,8    | 111,8       | 791,3                         |             |
| Всего за вариант:                              |              | 46,45            | 52,20   | 208,80      | 1 436,40                      |             |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



20 года

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 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 И ЛИМОНОМ ТТК №301                      | 200          | 0,3              | 0,0     | 15,2        | 60,0                          | ТТК №301     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                        | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6      |
| Итого за прием пищи:                                  | 530          | 21,8             | 25,0    | 105,8       | 698,1                         |              |
| Обед                                                  |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                              | 60           | 0,8              | 3,6     | 5,0         | 55,2                          | ТТК №543     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28                  | 200          | 2,7              | 4,0     | 9,5         | 83,2                          | ТТК №28      |
| ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                 | 150          | 21,8             | 26,5    | 28,0        | 482,0                         | ТТК №67      |
| КОМПОТ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ                                      | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7      |
| Итого за прием пищи:                                  | 700          | 31,9             | 34,8    | 103,7       | 898,4                         |              |
| Всего за вариант:                                     |              | 53,70            | 59,80   | 209,50      | 1 596,50                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

1 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                 | 250          | 13,8             | 23,0    | 50,7        | 407,4                         | ТТК №82      |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                                    | 1шт          | 7,89             | 7,14    | 0,44        | 97,47                         | 337          |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301                             | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №301     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 55           | 4,1              | 0,3     | 26,8        | 126,4                         | ТТК №6       |
| Итого за прием пищи:                                         | 569          | 26,09            | 30,44   | 93,14       | 691,27                        |              |
| Обед                                                         |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                     | 100          | 1,4              | 5,9     | 8,3         | 91,9                          | ТТК №543     |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)                               | 250          | 7,6              | 5,8     | 20,0        | 163,0                         | ТТК №43      |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564 | 200          | 18,0             | 24,0    | 53,3        | 481,9                         | ТТК №564     |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53                          | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,0                          | ТТК №53      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ                                            | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                                         | 870          | 35,80            | 36,60   | 155,80      | 1 077,30                      |              |
| Всего за вариант:                                            |              | 61,89            | 67,04   | 248,94      | 1 768,57                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

Копия документа  
Утверждено: 000 "Венера"  
Иванова И.В.  
20 года

«Венера»  
Директор  
Волгоград, Дзержинский район  
2022

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 250          | 17,8             | 23,5    | 45,5        | 430,5                         | ТТК №101     |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                    | 150          | 0,6              | 0,6     | 14,3        | 68,4                          | 338          |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                         | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №302     |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127                  | 40/20        | 4,0              | 1,0     | 22,8        | 140,9                         | ТТК №127     |
| Итого за прием пищи:                           | 660          | 22,60            | 25,10   | 97,60       | 697,80                        |              |
| Обед                                           |              |                  |         |             |                               |              |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                           | 100          | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          | ТТК №1       |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47      | 250          | 2,0              | 4,3     | 10,0        | 88,0                          | ТТК №47      |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77                         | 100          | 14,4             | 18,1    | 20,3        | 208,4                         | ТТК №77      |
| РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ ТТК №180                | 180          | 6,5              | 6,8     | 40,2        | 217,2                         | ТТК №180     |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ                      | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАЧНЫЙ                              | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                           | 950          | 33,40            | 30,20   | 164,80      | 942,70                        |              |
| Всего за вариант:                              |              | 56,00            | 55,30   | 262,40      | 1 640,50                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



20 года

3 Вариант

| 3 Вариант                                               |              |                  |         |             |                               |              |
|---------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
| Присем пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                                 |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80          | 250          | 20,4             | 28,8    | 33,5        | 357,3                         | ТТК №80      |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СТУПЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90           | 4,3              | 6,0     | 34,7        | 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              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК №6       |
| Итого за присем пищи:                                   | 590          | 28,60            | 35,10   | 107,50      | 737,30                        |              |
| Обед                                                    |              |                  |         |             |                               |              |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                               | 100          | 1,3              | 3,1     | 7,0         | 59,0                          | ТТК №326     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46                     | 250          | 2,4              | 5,3     | 15,8        | 121,0                         | ТТК №46      |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468             | 200          | 21,9             | 25,3    | 40,1        | 505,7                         | 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 ПЕКИВАННЫЙ                                         | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за присем пищи:                                   | 870          | 34,10            | 34,70   | 130,90      | 1 001,40                      |              |
| Всего за вариант:                                       |              | 62,70            | 69,80   | 238,40      | 1 738,70                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                                    |              |                  |         |             |                               |              |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513 | 250/50       | 18,4             | 18,7    | 83,0        | 417,4                         | 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                                             | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК №6       |
| Итого за прием пищи:                                       | 600          | 25,70            | 19,80   | 141,50      | 709,60                        |              |
| Обед                                                       |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                   | 100          | 1,4              | 5,9     | 8,3         | 91,9                          | ТТК №543     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28                       | 250          | 3,4              | 5,0     | 11,9        | 104,0                         | ТТК №28      |
| ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                      | 200          | 29,1             | 34,9    | 37,2        | 642,7                         | ТТК №67      |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53                        | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,0                          | ТТК №53      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ                                          | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                                       | 870          | 42,70            | 46,70   | 131,60      | 1 179,10                      |              |
| Всего за вариант:                                          |              | 68,40            | 66,50   | 273,10      | 1 888,70                      |              |

known before

Утверждаю: ООО "Венера"  
Иванова И.В.

Года

20 года

**ЕЖЕДНЕВНОЕ 10-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет

В период каникул при 2-х разовом питании

### 5 Вариант

| 5 Вариант                                      |          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|------------------------------------------------|----------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
| Присем пиши, наименование блюда                |          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
|                                                |          | Завтрак      |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82   | 250      | 13,8         | 23,0             | 50,7    | 407,4       | 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 присем пиши:                          | 555      | 22,80        | 28,40            | 109,60  | 741,70      |                               |              |
|                                                |          | Обед         |                  |         |             |                               |              |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                           | 100      | 1,5          | 0,1              | 8,5     | 40,7        | ТТК №1                        |              |
| СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44                | 250      | 4,8          | 5,3              | 16,5    | 122,0       | ТТК №44                       |              |
| ПЕЧЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116 | 200      | 23,4         | 22,5             | 52,5    | 540,1       | ТТК №116                      |              |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ                            | 200      | 0,3          | 0,1              | 10,3    | 43,3        | ТТК №549                      |              |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 60       | 4,5          | 0,4              | 29,2    | 137,8       | ТТК №6                        |              |
| ХЛЕБ ПЕЧЕВАННЫЙ                                | 60       | 3,9          | 0,5              | 24,6    | 118,7       | ТТК №7                        |              |
| Итого за присем пиши:                          | 870      | 38,40        | 28,90            | 141,60  | 1 002,60    |                               |              |
| Итого за вариант:                              |          | 61,20        | 57,30            | 251,20  | 1 744,30    |                               |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерах с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет

в период каникул при 2-х разовом питании

Конс. Ветер. М.И.

Утверждаю: ООО "Ветера"

Иванова И.В.

20 года



6 Вариант

| 6 Вариант                                               |              |                  |         |             |                               |              |
|---------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                                 |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101          | 250          | 17,8             | 23,5    | 45,5        | 430,5                         | ТТК №101     |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90           | 4,3              | 6,0     | 34,7        | 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:                                    | 570          | 24,50            | 29,70   | 109,80      | 764,60                        |              |
| Обед                                                    |              |                  |         |             |                               |              |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                               | 100          | 1,3              | 3,1     | 7,0         | 59,0                          | ТТК №326     |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46                     | 250          | 2,4              | 5,3     | 15,8        | 121,0                         | ТТК №46      |
| ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795                               | 200          | 29,6             | 31,3    | 28,7        | 552,5                         | ТТК №795     |
| КОМПЛОТ 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 ПЕКСЕВАННЫЙ                                        | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                                    | 870          | 41,80            | 40,70   | 119,50      | 1 048,20                      |              |
| Всего за вариант:                                       |              | 66,30            | 70,40   | 229,30      | 1 812,80                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                                   |              |                  |         |             |                               |              |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513 | 250/50       | 18,4             | 18,7    | 83,0        | 417,4                         | 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:                                      | 605          | 26,10            | 19,80   | 144,00      | 721,20                        |              |
| Обед                                                      |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                  | 100          | 1,4              | 5,9     | 8,3         | 91,9                          | ТТК №543     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47                 | 250          | 2,0              | 4,3     | 10,0        | 88,0                          | ТТК №47      |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                     | 200          | 29,1             | 34,9    | 37,2        | 642,7                         | ТТК №67      |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53                       | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,0                          | ТТК №53      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ                                         | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                                      | 870          | 41,30            | 46,00   | 129,70      | 1163,10                       |              |
| Всего за вариант:                                         |              | 67,40            | 65,80   | 273,70      | 1884,30                       |              |



Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



8 Вариант

| 8 вариант                                           |              |                  |         |             |                               |              |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                             |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 250          | 11,6             | 23,5    | 37,8        | 361,3                         | 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:                                | 564          | 23,39            | 30,94   | 77,54       | 631,57                        |              |
| Обед                                                |              |                  |         |             |                               |              |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                                | 100          | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          | ТТК №1       |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)                      | 250          | 7,6              | 5,8     | 20,0        | 163,0                         | ТТК №43      |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468         | 200          | 21,9             | 25,3    | 40,1        | 505,7                         | ТТК №468     |
| СОС/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ                           | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707          |
| 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:                                | 870          | 40,00            | 32,10   | 154,40      | 1 097,80                      |              |
| Всего за вариант:                                   |              | 63,39            | 63,04   | 231,94      | 1 729,37                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании



9 Вариант

| Присем пищу, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                         |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАЛЕНЬКАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 250          | 13,8             | 23,0    | 50,7        | 407,4                         | ТТК №82      |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011                      | 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 присем пищи:                           | 550          | 20,85            | 33,00   | 108,90      | 737,50                        |              |
| Обед                                            |              |                  |         |             |                               |              |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                       | 100          | 1,3              | 3,1     | 7,0         | 59,0                          | ТТК №326     |
| СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44                 | 250          | 4,8              | 5,3     | 16,5        | 122,0                         | ТТК №44      |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116  | 200          | 23,4             | 22,5    | 52,5        | 540,1                         | ТТК №116     |
| 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 ПЕЧЕННЫЙ                                   | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за присем пищи:                           | 870          | 38,00            | 31,90   | 144,00      | 1 036,80                      |              |
| Всего за вариант:                               |              | 58,85            | 64,90   | 252,90      | 1 774,30                      |              |

Согласовано

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

10 Вариант



| Присем пищу, 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           | 250          | 17,8             | 23,5    | 45,5        | 430,5                         | ТТК №101     |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СТУПЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90           | 4,3              | 6,0     | 34,7        | 207,2                         | ТТК №387     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301                        | 200          | 0,3              | 0,0     | 15,2        | 60,0                          | ТТК №301     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК №6       |
| Итого за присем пищи:                                   | 590          | 26,10            | 29,80   | 119,70      | 812,50                        |              |
| Обед                                                    |              |                  |         |             |                               |              |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                | 100          | 1,4              | 5,9     | 8,3         | 91,9                          | ТТК №543     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28                    | 250          | 3,4              | 5,0     | 11,9        | 104,0                         | ТТК №28      |
| ПУЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                  | 200          | 29,1             | 34,9    | 37,2        | 642,7                         | ТТК №67      |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53                     | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,0                          | ТТК №53      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                        | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за присем пищи:                                   | 870          | 42,70            | 46,70   | 131,60      | 1 179,10                      |              |
| Всего за вариант:                                       |              | 68,80            | 76,50   | 251,30      | 1 991,60                      |              |