



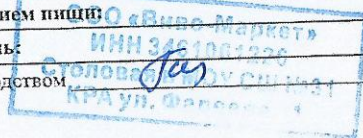
Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

21.06.2023 г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	200/50	16,9	19,5	39,1	383,5	ТТК №156
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	22,3	18,9	75,4	491,5	
2-й Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,0	32,0	131,9	
Обед						
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	20,4	ТТК №128
СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	90	10,3	19,7	14,7	273,2	ТТК №62
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) с маслом ТТК №130	160	5,3	4,3	26,7	162,0	ТТК №130
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	
Итого за прием пищи:	790	23,8	28,9	122,8	834,6	
Всего за день:		46,7	47,8	230,2	1 458,0	

Зав. производством





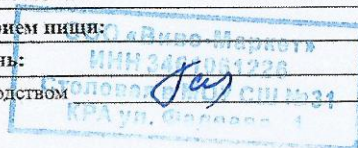
Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

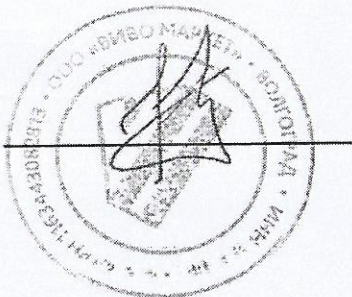
21.06.2023 г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	200/50	16,9	19,5	39,1	383,5	ТТК №156
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	22,3	18,9	75,4	491,5	
2-й Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,0	32,0	131,9	
Обед						
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	20,4	ТТК №128
СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	90	10,3	19,7	14,7	273,2	ТТК №62
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) с маслом ТТК №130	160	5,3	4,3	26,7	162,0	ТТК №130
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	
Итого за прием пищи:	790	23,8	28,9	122,8	834,6	
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,1	0,0	11,0	44,9	393
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100	7,84	10,09	56,42	348,11	ТТК №42
Итого за прием пищи:	300	7,9	10,1	67,4	393,0	
Всего за день:		54,6	57,9	297,6	1 851,0	

Зав. производством





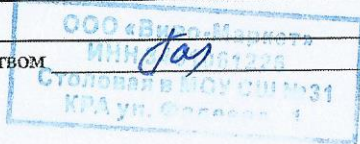
**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании**

21.06.2023 г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	250/50	20,3	23,4	51,0	475,9	ТТК №156
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	550	25,6	22,3	82,2	549,5	
2-й Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,0	32,0	131,9	
Обед						
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	250	1,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100	11,4	20,3	15,9	287,0	ТТК №62
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) с маслом ТТК №130	200	6,6	5,4	33,4	202,5	ТТК №130
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:	970	29,0	30,9	147,8	971,8	
Всего за день:		55,2	53,2	262,0	1 653,2	

Зав. производством _____





Утверждаю

Начальник лагеря
Полковник
Ларина И.И.



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
8 день

21.06.2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	250/50	20,3	23,4	51,0	475,9	ТТК №156
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	550	25,6	22,3	82,2	549,5	
2-й Завтрак						
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,0	32,0	131,9	
Обед						
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	250	1,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100	11,4	20,3	15,9	287,0	ТТК №62
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) с маслом ТТК №130	200	6,6	5,4	33,4	202,5	ТТК №130
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:	970	29,0	30,9	147,8	971,8	
Полдник						
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,1	0,0	11,0	44,9	393
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150	10,46	14,45	80,87	495,80	ТТК №42
Итого за прием пищи:	350	10,6	14,5	91,9	540,7	
Всего за день:		65,8	67,7	353,9	2 193,9	

Зав. производством

