



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

26.06.2023 г.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № репертуры |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|  |              | 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     |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                    | 45           | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                          | 337         |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                         | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                          | 392         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 55           | 4,1              | 0,3     | 26,8        | 126,4                         |             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 500          | 19,7             | 17,0    | 72,1        | 434,3                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  |              |                  |         |             |                               |             |
| <b>2-й Завтрак</b>                           |              |                  |         |             |                               |             |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                           | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         |             |
| <b>Обед</b>                                  |              |                  |         |             |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5                       | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          | ТТК №5      |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47    | 200          | 1,6              | 3,4     | 8,0         | 70,4                          | ТТК №47     |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77                       | 90           | 10,0             | 13,3    | 11,3        | 199,2                         | ТТК №77     |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131           | 180          | 9,2              | 17,9    | 47,3        | 284,5                         | ТТК №131    |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53          | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,0                          | ТТК №53     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          |             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          |             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                              | 810          | 27,2             | 28,5    | 128,1       | 859,2                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  |              | 47,5             | 45,5    | 232,2       | 1 425,4                       |             |
| <b>Всего за день:</b>                        |              |                  |         |             |                               |             |

Зав. производством ООО «Виво-Маркет»  
ИИН 3461061226  
Стоимость в МОУ СШ №31  
КРА ул. Феллерс 1



Утверждаю  
*Найденникова Елена*  
*Дружкова И.М.*

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

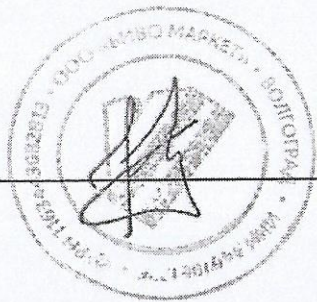
26.06.2023 г.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порция | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |              | 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     |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                    | 45           | 5,5              | 5,0         | 0,3          | 68,6                          | 337         |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                         | 200          | 0,1              | 0,0         | 10,8         | 43,3                          | 392         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 55           | 4,1              | 0,3         | 26,8         | 126,4                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>500</b>   | <b>19,7</b>      | <b>17,0</b> | <b>72,1</b>  | <b>434,3</b>                  |             |
| <b>2-й Завтрак</b>                           |              |                  |             |              |                               |             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                  | 150          | 0,6              | 0,6         | 14,3         | 68,4                          | 338         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>150</b>   | <b>0,6</b>       | <b>0,6</b>  | <b>14,3</b>  | <b>68,4</b>                   |             |
| <b>Обед</b>                                  |              |                  |             |              |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5                       | 60           | 0,9              | 0,1         | 5,1          | 24,4                          | ТТК №5      |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47    | 200          | 1,6              | 3,4         | 8,0          | 70,4                          | ТТК №47     |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77                       | 90           | 10,0             | 13,3        | 11,3         | 199,2                         | ТТК №77     |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131           | 180          | 9,2              | 17,9        | 47,3         | 284,5                         | ТТК №131    |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53          | 200          | 0,4              | 0,0         | 20,4         | 84,0                          | ТТК №53     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5         | 91,9                          |             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                              | 40           | 2,5              | 0,4         | 16,5         | 79,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>810</b>   | <b>27,2</b>      | <b>28,5</b> | <b>128,1</b> | <b>833,6</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                               |              |                  |             |              |                               |             |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ТТК №50          | 200          | 0,6              | 0,2         | 18,7         | 89,0                          | ТТК №50     |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ                            | 100          | 7,84             | 10,09       | 56,40        | 348,11                        | ТТК №41     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>300</b>   | <b>8,4</b>       | <b>10,3</b> | <b>75,1</b>  | <b>437,1</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                        |              | <b>55,9</b>      | <b>56,4</b> | <b>289,6</b> | <b>1 773,4</b>                |             |

Зав. производством

ОО «Виво-Маркет»  
ИНН 2401061226  
Столовая МОУ СШ №31  
КРА ул. Феллерс 1



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

26.06.2023 г.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                               |              |                  |             |              |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 250          | 13,8             | 23,0        | 50,7         | 407,4                         | ТТК №82     |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                    | 45           | 5,5              | 5,0         | 0,3          | 68,6                          | 337         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 55           | 4,1              | 0,3         | 26,8         | 126,4                         |             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                         | 200          | 0,1              | 0,0         | 10,8         | 43,3                          | 392         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>550</b>   | <b>22,2</b>      | <b>19,9</b> | <b>81,0</b>  | <b>483,3</b>                  |             |
| <b>2-й Завтрак</b>                           |              |                  |             |              |                               |             |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ                           | 200          | 0,6              | 0,0         | 32,0         | 131,9                         | 707         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>200</b>   | <b>0,6</b>       | <b>0,0</b>  | <b>32,0</b>  | <b>131,9</b>                  |             |
| <b>Обед</b>                                  |              |                  |             |              |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5                       | 100          | 1,5              | 0,1         | 8,5          | 40,7                          | ТТК №5      |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47/1  | 250          | 2,0              | 4,3         | 10,0         | 88,0                          | ТТК №47/1   |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77                       | 100          | 11,2             | 13,5        | 12,4         | 208,4                         | ТТК №77     |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131           | 180          | 9,2              | 17,9        | 47,3         | 284,5                         | ТТК №131    |
| 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                         |             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                             | 60           | 3,9              | 0,5         | 24,6         | 118,7                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>950</b>   | <b>32,3</b>      | <b>30,7</b> | <b>152,4</b> | <b>1 013,7</b>                |             |
| <b>Всего за день:</b>                        |              | <b>55,1</b>      | <b>50,6</b> | <b>265,4</b> | <b>1 628,9</b>                |             |

Зав. производством





Утверждаю



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

26.06.2023 г.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                               |              |                  |             |              |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 250          | 13,8             | 23,0        | 50,7         | 407,4                         | ТТК №82     |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                    | 45           | 5,5              | 5,0         | 0,3          | 68,6                          | 337         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 55           | 4,1              | 0,3         | 26,8         | 126,4                         |             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                         | 200          | 0,1              | 0,0         | 10,8         | 43,3                          | 392         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>550</b>   | <b>22,2</b>      | <b>19,9</b> | <b>81,0</b>  | <b>483,3</b>                  |             |
| <b>2-й Завтрак</b>                           |              |                  |             |              |                               |             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                  | 150          | 0,6              | 0,6         | 14,3         | 68,4                          | 338         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>150</b>   | <b>0,6</b>       | <b>0,6</b>  | <b>14,3</b>  | <b>68,4</b>                   |             |
| <b>Обед</b>                                  |              |                  |             |              |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5                       | 100          | 1,5              | 0,1         | 8,5          | 40,7                          | ТТК №5      |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47/1  | 250          | 2,0              | 4,3         | 10,0         | 88,0                          | ТТК №47/1   |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77                       | 100          | 11,2             | 13,5        | 12,4         | 208,4                         | ТТК №77     |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131           | 180          | 9,2              | 17,9        | 47,3         | 284,5                         | ТТК №131    |
| 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                         |             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                             | 60           | 3,9              | 0,5         | 24,6         | 118,7                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>950</b>   | <b>32,3</b>      | <b>29,9</b> | <b>152,4</b> | <b>962,1</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                               |              |                  |             |              |                               |             |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ТТК №50          | 200          | 0,6              | 0,2         | 18,7         | 89,0                          | ТТК №50     |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ                            | 150          | 10,83            | 14,79       | 83,22        | 509,76                        | ТТК №41     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>350</b>   | <b>11,4</b>      | <b>15,0</b> | <b>101,9</b> | <b>598,8</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                        |              | <b>66,5</b>      | <b>65,4</b> | <b>349,6</b> | <b>2 112,6</b>                |             |

Зав. производством

