



Утверждаю

начальник лагеря

Д.А. Карымова И.И.



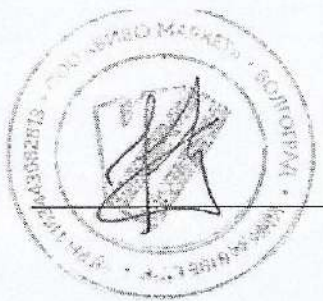
**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании**

1 день

| 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 |
| 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 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 19,7 | 17,0 | 72,1 | 434,3 | |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | |
| Обед | | | | | | |
| 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 | |
| Итого за прием пищи: | 810 | 27,2 | 28,5 | 128,1 | 833,6 | |
| Полдник | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 8,4 | 10,3 | 75,1 | 437,1 | |
| Всего за день: | | 55,9 | 56,4 | 289,6 | 1 773,4 | |

Зав. производством





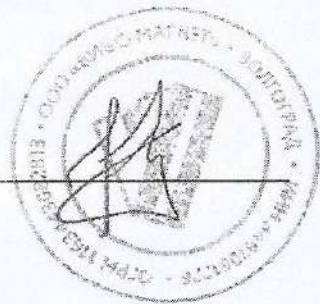
Утверждаю _____
 Начальник лагеря
 Ларимова И. М.
 МОУ СШ №31
 ОГРН 1073481084069

**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 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | 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 МОЛОКОМ №378 | 200 | 1,7 | 1,3 | 17,3 | 86,7 | 378 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| Итого за прием пищи: | 590 | 16,7 | 15,6 | 87,5 | 445,2 | |
| 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 200 | 1,9 | 4,2 | 12,6 | 96,8 | ТТК №46 |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 150 | 14,3 | 19,6 | 14,6 | 324,2 | ТТК №66 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 360 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 23,7 | 24,6 | 100,2 | 745,7 | |
| Полдник | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА | 100 | 7,84 | 10,09 | 56,42 | 348,11 | ТТК №42 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 13,6 | 15,1 | 64,4 | 454,1 | |
| Всего за день: | | 54,6 | 55,3 | 284,1 | 1 776,9 | |

Зав. производством _____
 ООО «Восток»
 МНН 501001226
 Столовая в МОУ СШ №31
 КРА ул. Фадеева 1



Утверждаю _____

Иванович С. С.

С. М. Карасикова

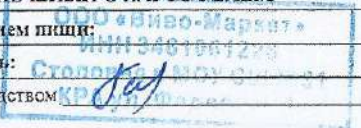


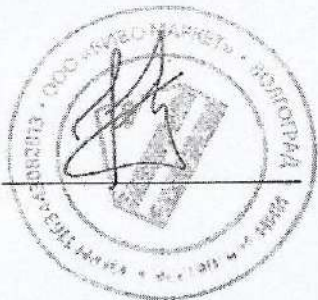
**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании**

3 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80 | 200 | 9,8 | 23,0 | 26,8 | 265,7 | ТТК №80 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/30 | 6,1 | 1,2 | 38,4 | 164,7 | ТТК №127 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 18,2 | 24,4 | 90,6 | 497,8 | |
| 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 | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №1 |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44 | 200 | 1,4 | 4,2 | 13,2 | 97,6 | ТТК №44 |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным ТТК №65 | 90/30 | 12,0 | 11,3 | 14,1 | 244,0 | ТТК №65 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129 | 150 | 8,5 | 9,3 | 34,0 | 196,8 | ТТК №129 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| 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: | 810 | 28,4 | 25,6 | 116,6 | 793,1 | |
| Полдник | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ | 100 | 7,11 | 5,50 | 47,30 | 267,60 | ТТК №40 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 7,5 | 5,6 | 68,8 | 356,1 | |
| Всего за день: | | 54,7 | 55,6 | 308,0 | 1 778,9 | |

Зав. производством _____





Утверждаю

начальник лагеря
 № 31
 Каримова Л.Н.



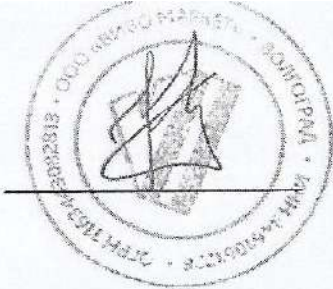
**Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании**

4 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 САХАРОМ №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 20,7 | 17,6 | 68,9 | 448,1 | |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 150 | 11,5 | 26,2 | 28,0 | 391,5 | 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 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 20,6 | 30,4 | 102,3 | 764,3 | |
| Подник | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698 | 200 | 5,6 | 4,9 | 8,1 | 104,8 | 698 |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ | 100 | 7,84 | 10,09 | 56,40 | 348,11 | ТТК №41 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 13,4 | 15,0 | 64,5 | 452,9 | |
| Всего за день: | | 55,3 | 63,6 | 250,0 | 1 733,7 | |

Зав. производством





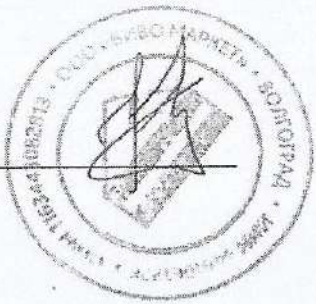
**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании**

5 день

| 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 |
| 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 МОЛОКОМ №378 | 200 | 1,7 | 1,3 | 17,3 | 86,7 | 378 |
| Итого за прием пищи: | 500 | 21,3 | 18,3 | 78,6 | 477,7 | |
| 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 БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ) | 200 | 6,1 | 4,6 | 16,0 | 130,4 | ТТК №43 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71 | 150 | 12,6 | 21,8 | 14,1 | 329,3 | ТТК №71 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 360 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 26,2 | 27,2 | 103,1 | 784,4 | |
| 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: | | 56,0 | 55,6 | 281,1 | 1 787,0 | |

Зав. производством _____



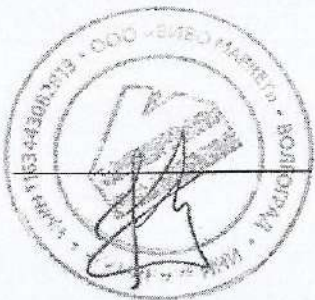


**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании**
6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | 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 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДИОМ ТТК №127 | 40/30 | 6,1 | 1,2 | 38,4 | 164,7 | ТТК №127 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 19,8 | 14,9 | 100,2 | 475,1 | |
| 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 | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №1 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 200 | 1,9 | 4,2 | 12,6 | 96,8 | ТТК №46 |
| 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 СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| 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: | 810 | 27,6 | 36,2 | 126,5 | 835,2 | |
| Полдник | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ | 100 | 7,11 | 5,50 | 47,30 | 267,60 | ТТК №40 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 7,5 | 5,6 | 68,8 | 356,1 | |
| Всего за день: | | 55,5 | 56,7 | 327,5 | 1 798,3 | |

Зав. производством





Утверждаю

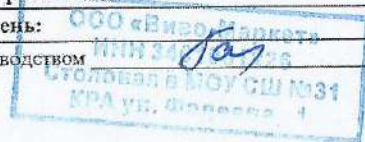
Ирина Викторовна Лопаткина
31.10.2019
Лопаткина И.В.

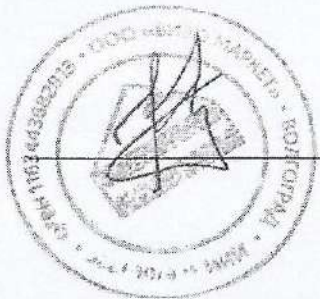
Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102 | 200 | 9,2 | 14,4 | 38,7 | 315,0 | ТТК №102 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 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 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 18,9 | 15,8 | 69,5 | 430,3 | |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №5 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУЦОЙ (перловая) ТТК №45 | 200 | 1,4 | 4,2 | 13,2 | 97,6 | ТТК №45 |
| ПТИЦА, ГУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 150 | 14,3 | 19,6 | 14,6 | 324,2 | ТТК №66 |
| 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 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 23,2 | 24,6 | 94,1 | 724,2 | |
| Полдник | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК) №698 | 200 | 5,2 | 4,9 | 21,0 | 153,3 | 698 |
| ПЛИОШКА МОСКОВСКАЯ | 100 | 7,84 | 10,09 | 56,40 | 348,11 | ТТК №41 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 13,0 | 15,0 | 77,4 | 501,4 | |
| Всего за день: | | 55,7 | 56,0 | 255,3 | 1 724,3 | |

Зав. производством

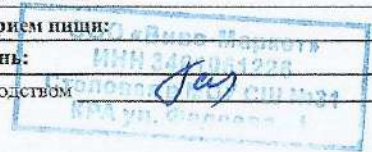


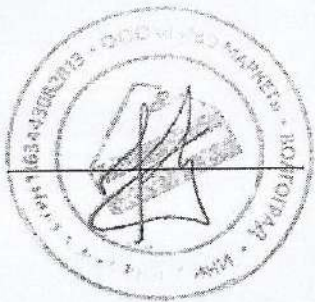


**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании
8 день**

| 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 РУБЛЕНЫЕ 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





Утверждаю _____

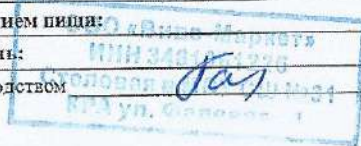
Начальник лагеря
Аришова И.И.
 № 31
 0103481088001

**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 день

| 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 ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/30 | 6,1 | 1,2 | 38,4 | 164,7 | ТТК №127 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 18,4 | 13,1 | 98,0 | 472,9 | |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | |
| 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 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 150 | 11,5 | 26,2 | 28,0 | 391,5 | ТТК №67 |
| 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 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 24,8 | 31,7 | 104,1 | 799,5 | |
| Полдник | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ | 100 | 7,11 | 5,50 | 47,30 | 267,60 | ТТК №40 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 12,9 | 10,5 | 55,3 | 373,6 | |
| Всего за день: | | 56,7 | 55,9 | 271,7 | 1 714,4 | |

Зав. производством _____





Утверждаю _____

начальник лагеря
Д.Н. Даришова

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

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
| | | 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 №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| Итого за прием пищи: | 590 | 15,1 | 14,3 | 81,0 | 401,8 | |
| 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 | | | | | | |
| 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 РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТТК №76 | 90 | 14,0 | 20,9 | 12,1 | 260,9 | ТТК №76 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129 | 150 | 8,5 | 9,3 | 34,0 | 196,8 | ТТК №129 |
| 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | 780 | 30,9 | 34,3 | 115,6 | 807,6 | |
| Полдник | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ | 100 | 7,84 | 10,09 | 56,40 | 348,11 | ТТК №41 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 8,2 | 10,2 | 77,9 | 436,6 | |
| Всего за день: | | 54,8 | 58,8 | 306,5 | 1 777,9 | |

Зав. производством _____

