



Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерьх с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 3-х разовом питании

24.06.2024

6 Вариант

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКА ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,9</b>	<b>25,0</b>	<b>100,7</b>	<b>673,1</b>	
<b>Обед</b>						
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
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	16,6	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>25,6</b>	<b>26,5</b>	<b>86,4</b>	<b>709,6</b>	
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60	ТТК №40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>7,2</b>	<b>5,5</b>	<b>64,0</b>	<b>337,1</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>59,3</b>	<b>60,8</b>	<b>258,1</b>	<b>1 810,0</b>	
Зав. производством _____						



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

24.06.2024

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>24,5</b>	<b>29,7</b>	<b>109,8</b>	<b>764,6</b>	
<b>Обед</b>						
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
ПТИЦА, ГУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	19,0	26,0	19,5	432,2	ТТК №66
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>31,2</b>	<b>35,4</b>	<b>110,3</b>	<b>927,9</b>	
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	10,46	8,07	69,73	393,80	ТТК №40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,6</b>	<b>8,1</b>	<b>86,4</b>	<b>463,3</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>69,3</b>	<b>73,1</b>	<b>306,5</b>	<b>2 155,8</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



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

24.06.2024

6 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 овсяная с маслом ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ с молоком цельным сгущенным с сахаром ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
ЧАЙ с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,9</b>	<b>25,0</b>	<b>100,7</b>	<b>673,1</b>	
<b>Обед</b>						
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
ПТИЦА, тушенная в соусе с овощами ТТК №66	150	16,6	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>25,6</b>	<b>26,5</b>	<b>86,4</b>	<b>709,6</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>46,6</b>	<b>51,5</b>	<b>202,8</b>	<b>1 421,9</b>	
Зав. производством _____						



Утверждаю  
 М.П. Волжский район  
 № 10/02/2024 ОГРН 5033001991000  
 № 5001/001/2024

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

24.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЖАЯ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>24,5</b>	<b>29,7</b>	<b>109,8</b>	<b>764,6</b>	
<b>Обед</b>						
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
ПТИЦА, тушеная в соусе с овощами ТТК №66	200	19,0	26,0	19,5	432,2	ТТК №66
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>31,2</b>	<b>33,8</b>	<b>110,3</b>	<b>927,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>55,6</b>	<b>63,5</b>	<b>232,7</b>	<b>1 692,5</b>	
Зав. производством _____						