

Согласовано:

Директор МОУ №

КОПИЯ ВЕРНА  
Директор  
Погосова А.В.



## МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул  
при 3-х разовом питании

9 день

Наименование блюд	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	Цены, руб
<b>ВАРИАНТ - 9</b>							
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	250	13,8	23,0	50,7	407,4	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	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>23,7</b>	<b>24,5</b>	<b>124,2</b>	<b>730,2</b>		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №1	
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43/1 (ГОРОХ)	250	7,6	5,8	20,0	163,0	ТТК №43/1	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	15,3	34,9	37,2	522,0	ТТК №67	
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		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7		
<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>32,9</b>	<b>41,8</b>	<b>133,7</b>	<b>1 041,4</b>		
<b>Полдник</b>							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386	
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	10,46	8,07	69,73	393,80	ТТК №40	
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>16,3</b>	<b>13,1</b>	<b>77,7</b>	<b>499,8</b>		
<b>Всего</b>		<b>72,8</b>	<b>79,3</b>	<b>335,6</b>	<b>2 271,4</b>		<b>124-00</b>

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам:



Согласовано:

Директор МОУ №

КОПИЯ ВЕРНА  
Директор  
Погосова А.В.



## МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул  
при 3-х разовом питании

### 10 день

Наименование блюд	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
<b>ВАРИАНТ - 10</b>							
<b>Завтрак</b>							
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 №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8		
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>23,0</b>	<b>24,5</b>	<b>99,8</b>	<b>680,0</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	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТТК №76	100	15,6	23,2	13,6	289,9	ТТК №76	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	180	10,2	11,2	40,7	236,2	ТТК №129	
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</b>	<b>950</b>	<b>38,1</b>	<b>39,7</b>	<b>147,0</b>	<b>995,3</b>		
<b>Полдник</b>							
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150	10,83	14,79	83,22	509,76	ТТК №41	
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>11,2</b>	<b>14,9</b>	<b>104,7</b>	<b>598,3</b>		
<b>Всего</b>		<b>72,3</b>	<b>79,0</b>	<b>351,5</b>	<b>2 273,6</b>		<b>124-00</b>

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам:



Согласовано:

Директор МОУ №

КОПИЯ ВЕРНА

Директор  
Погосова А.В.



«Венера»:

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

## МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул  
при 3-х разовом питании

1 день

Наименование блюд	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
<b>ВАРИАНТ - 1</b>							
<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	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	70	5,1	0,4	34,0	160,8		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392	
<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>24,5</b>	<b>28,4</b>	<b>95,8</b>	<b>680,1</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	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</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	
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150	10,83	14,79	83,22	509,76	ТТК №41	
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>11,4</b>	<b>15,0</b>	<b>101,9</b>	<b>598,8</b>		
<b>Всего</b>		<b>68,2</b>	<b>73,2</b>	<b>350,1</b>	<b>2 241,0</b>		<b>124-00</b>

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам:



74.06

Согласовано:

Директор МОУ №

КОПИЯ ВЕРНА

Директор  
Погосова А.В.



«Венера»:

ООО «Венера»

Погосова А.В.

## МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул при 3-х разовом питании

### 2 день

Наименование блюд	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
<b>ВАРИАНТ - 2</b>							
<b>Завтрак</b>							
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 МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>23,8</b>	<b>25,7</b>	<b>101,4</b>	<b>700,4</b>		
<b>Обед</b>							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46/1	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46/1	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	19,0	26,0	19,5	432,2	ТТК №66	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №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		
<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>31,9</b>	<b>32,3</b>	<b>124,0</b>	<b>954,0</b>		
<b>Полдник</b>							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386	
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150	10,46	14,45	80,87	495,80	ТТК №42	
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>16,3</b>	<b>19,5</b>	<b>88,9</b>	<b>601,8</b>		
<b>Всего</b>		<b>71,9</b>	<b>77,4</b>	<b>314,2</b>	<b>2 256,2</b>		<b>124-00</b>

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам: