Утверждаю Директор
МОУ СШ № 94 В.А. Толкачев

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		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 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:	**550**	**24,0**	**21,0**	**75,7**	**506,1**	
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	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
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	15,3	34,9	37,2	522,0	ТТК №67
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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:	**870**	**27,6**	**40,2**	**129,9**	**991,2**	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,6	4,9	8,1	104,8	698
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150	10,83	14,79	83,22	509,76	ТТК №41
Итого за прием пищи:	**350**	**16,4**	**19,7**	**91,3**	**614,6**	
Всего за день:		**68,6**	**81,4**	**311,2**	**2 180,3**	

Зав. производством _____

Утверждаю Директор
МОУ СШ № 94
А. Болотов

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

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
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 МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
Итого за прием пищи:	**550**	**23,8**	**21,2**	**87,5**	**526,7**	
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	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43/1 (ГОРОХ)	250	7,6	5,8	20,0	163,0	ТТК №43/1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	200	16,8	29,1	18,8	439,1	ТТК №71
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:	**870**	**34,9**	**35,9**	**127,5**	**1 002,9**	
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:		**69,9**	**71,5**	**338,9**	**2 202,2**	

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

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101
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:	**550**	**22,7**	**18,5**	**109,3**	**524,7**	
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						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №1
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46/1	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46/1
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 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	
Итого за прием пищи:	**950**	**32,8**	**37,8**	**152,0**	**970,3**	
Полдник						
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	10,46	8,07	69,73	393,80	ТТК №40
Итого за прием пищи:	**350**	**10,9**	**8,2**	**91,2**	**482,3**	
Всего за день:		**66,9**	**64,4**	**384,5**	**2 109,2**	

Зав. производством _____

Утверждаю директор
МОУ СШ № 94
Толстов

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	250	11,8	18,0	50,7	407,3	ТТК №102
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:	**550**	**21,2**	**18,4**	**77,4**	**478,3**	
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	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (перловая) ТТК №45/1	250	1,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №45/1
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	19,0	26,0	19,5	432,2	ТТК №66
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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:	**870**	**31,1**	**32,3**	**118,7**	**935,4**	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК) №698	200	5,2	4,9	21,0	153,3	698
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150	10,83	14,79	83,22	509,76	ТТК №41
Итого за прием пищи:	**350**	**16,0**	**19,7**	**104,2**	**663,1**	
Всего за день:		**68,9**	**70,9**	**314,6**	**2 145,2**	

Зав. производством _____

Утверждаю Директор МОУ СШ № 94 _____ Д.Д. Болотов

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		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 РУБЛЕНЫЕ 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**	
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 _____

Утверждаю Директор МКОУ СШ № 94

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 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	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	30	2,2	0,2	14,6	68,9	
Итого за прием пищи:	**550**	**20,9**	**16,0**	**106,9**	**521,9**	
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	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	
Итого за прием пищи:	**870**	**32,9**	**41,8**	**133,7**	**1 041,4**	
Полдник						
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
Итого за прием пищи:	**350**	**16,3**	**13,1**	**77,7**	**499,8**	
Всего за день:		**70,7**	**71,4**	**332,6**	**2 131,5**	

Зав. производством _____

Утверждаю директор
МОУ СШ № 94
Богданов

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
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	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:	**640**	**18,0**	**17,9**	**90,1**	**451,4**	
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	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 РУБЛЕНЫЕ 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:	**950**	**38,1**	**39,7**	**147,0**	**919,3**	
Полдник						
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150	10,83	14,79	83,22	509,76	ТТК №41
Итого за прием пищи:	**350**	**11,2**	**14,9**	**104,7**	**598,3**	
Всего за день:		**67,9**	**72,4**	**373,8**	**2 100,8**	

Зав. производством _____

Утверждаю Директор
МОУ СШ № 94
И.Г. Богачев

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

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
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
Итого за прием пищи:	**550**	**22,2**	**19,9**	**81,0**	**483,3**	
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	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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:	**950**	**32,3**	**29,9**	**152,4**	**962,1**	
Полдник						
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
Итого за прием пищи:	**350**	**11,4**	**15,0**	**101,9**	**598,8**	
Всего за день:		**66,5**	**65,4**	**349,6**	**2 112,6**	

Зав. производством _____

Утверждаю Директор
МОУ СОШ № 94
Тапалетов

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
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	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:	**640**	**19,6**	**19,2**	**96,6**	**494,8**	
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						
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 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:	**870**	**31,9**	**32,3**	**124,0**	**954,0**	
Полдник						
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
Итого за прием пищи:	**350**	**16,3**	**19,5**	**88,9**	**601,8**	
Всего за день:		**68,3**	**70,9**	**341,4**	**2 182,5**	

Зав. производством _____

Утверждаю Директор
МОУ СШ № 94
А. Богатов

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

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	250	12,6	28,8	33,5	357,3	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	2,2	0,2	14,6	68,9	
Итого за прием пищи:	**550**	**20,7**	**30,1**	**97,3**	**553,0**	
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	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №1
СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	250	1,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным ТТК №65	100/30	13,0	12,8	15,5	264,3	ТТК №65
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	180	10,2	11,2	40,7	236,2	ТТК №129
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	
Итого за прием пищи:	**980**	**35,0**	**30,4**	**149,2**	**978,9**	
Полдник						
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	10,46	8,07	69,73	393,80	ТТК №40
Итого за прием пищи:	**350**	**10,9**	**8,2**	**91,2**	**482,3**	
Всего за день:		**67,1**	**68,6**	**369,7**	**2 146,1**	

Зав. производством _____