



Утверждаю Директор
МОУ Гимназия №8
А.В. Алейченко

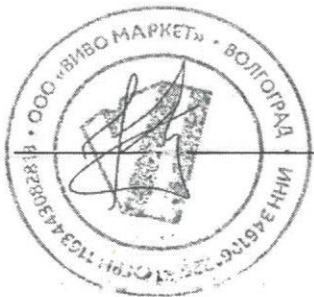


Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
 в период каникул при 2-х разовом питании

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513 | 250/50 | 18,4 | 18,7 | 83,0 | 417,4 | ТТК №513 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | ТТК №6 |
| Итого за прием пищи: | 555 | 22,8 | 19,0 | 125,0 | 603,8 | |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 100 | 1,4 | 5,9 | 8,3 | 91,9 | ТТК №543 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 |
| 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 | ТТК №6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | ТТК №7 |
| Итого за прием пищи: | 870 | 27,5 | 46,0 | 129,7 | 1 042,4 | |
| Всего за день: | | | | | | |
| Зав. производством <u>Селиванова В.А.</u> | | 55,5 | 65,0 | 254,7 | 1 646,2 | |

ООО «Висо Маркет»
 ИНН 3461061226
 Гимназия №8, старший корпус
 ул. Удмуртская, 18



Утверждаю Директор
МБОУ Гимназия №8
А.В. Алексеев



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

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513 | 200/50 | 15,3 | 15,6 | 68,4 | 346,0 | ТТК №513 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | ТТК № 6 |
| Итого за прием пищи: | 505 | 19,7 | 15,9 | 110,4 | 532,4 | |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,2 | ТТК №543 |
| 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 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 20,5 | 33,9 | 102,2 | 795,1 | |
| Полдник | | | | | | |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК) №698 | 200 | 5,2 | 4,9 | 21,0 | 153,3 | 698 |
| ПЛЮШКА 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: | | 59,3 | 64,7 | 290,0 | 1 828,9 | |

Зав. производством

Селезнкина В.А.

ООО «Биво Маркет»
ИНН 3461061226
Гимназия №8, старший корпус
ул. Удмуртская, 18