



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО "Импульс"
И. В. Мухоморова

Присем пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЖАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫМ СТУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	530	21,8	25,0	105,8	698,1	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	21,8	26,5	28,0	482,0	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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	700	31,9	34,8	103,7	898,4	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
Итого за прием пищи:	350	7,90	10,70	48,70	334,00	
Всего за вариант:		61,66	70,45	258,18	1 930,45	

Всего за вариант: _____
Зав. производством _____ *Иришова Д.В.*



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 Вариант

Присем пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Энергетическая ценность, ккал

№ рецеп-туры

Завтрак

КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101
--	-----	------	------	------	-------	----------

БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СТУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,0	34,7	207,2	ТТК №387
---	----	-----	-----	------	-------	----------

ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
----------------------------------	-----	-----	-----	------	------	----------

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
----------------	----	-----	-----	------	-------	--------

Итого за прием пищи:	590	26,07	29,80	119,70	812,50	
----------------------	-----	-------	-------	--------	--------	--

Обед

СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
--------------------------	-----	-----	-----	-----	------	----------

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	250	3,4	5,0	11,9	104,0	ТТК №28
--------------------------------------	-----	-----	-----	------	-------	---------

ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	29,1	34,9	37,2	642,7	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	42,72	46,71	131,59	1 179,12	
----------------------	-----	-------	-------	--------	----------	--

Подлник

МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙДОМ ТТК №155	200	10,40	14,30	62,30	445,30	ТТК №155
---------------------------------------	-----	-------	-------	-------	--------	----------

НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
--------------------------	-----	-----	-----	------	------	---------

Итого за прием пищи:	400	10,50	14,30	79,00	514,80	
----------------------	-----	-------	-------	-------	--------	--

Всего за вариант:		79,29	90,81	330,29	2 506,42	
-------------------	--	-------	-------	--------	----------	--

Зав. производством Сурдуба Р.А.

Утверждено
27.06.25
№ 4
Сурдуба Р.А.