Приложение к дополнительному соглашению № 1 от 02.06.2025 года

Исполнитель:
Директор ООО "Вива Маркет"
/Тюрина К.В./

Заказчик:
/А.В. Раков/

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет

в период каникул при 3-х разовом питании

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д)	1шт					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	519	23,29	25,84	81,24	598,87	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200					сборник рецептур или ТТК
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	27,94	28,45	119,68	833,95	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ	150					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	8,10	10,77	59,83	377,34	
Всего за вариант:		59,33	65,06	259,95	1 810,16	

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/20					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	610	19,00	20,40	88,50	606,30	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200					сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90					сборник рецептур или ТТК
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150					сборник рецептур или ТТК
СОКНЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	790	27,70	26,16	137,70	800,90	
Полдник						
БЛЮДО ТВОРОЖНОЕ (запеканки, каши молочные, вареники и т.д.)	150					сборник рецептур или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	14,10	15,80	62,00	453,80	
Всего за вариант:		60,80	62,36	288,20	1 861,00	

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**540**	**24,51**	**29,3**	**108,8**	**648,7**	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					сборник рецептур или ТТК
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**730**	**27,58**	**26,06**	**114,90**	**827,20**	
Полдник						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью	150					сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**350**	**7,50**	**5,90**	**64,30**	**337,50**	
Всего за вариант:		**59,59**	**61,26**	**280,00**	**1 810,40**	

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200/50					сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/20					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**550**	**22,60**	**16,70**	**126,90**	**638,20**	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200					сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**700**	**31,94**	**34,75**	**103,68**	**898,35**	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ	150					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**350**	**8,05**	**10,80**	**58,72**	**376,98**	
Всего за вариант:		**62,59**	**62,25**	**289,50**	**1 913,53**	

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/10					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**595**	**20,00**	**23,80**	**97,70**	**649,30**	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					сборник рецептур или ТТК
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	200					сборник рецептур или ТТК
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**700**	**28,70**	**21,93**	**108,83**	**767,44**	
Полдник						
БЛЮДО ТВОРОЖНОЕ (запеканки, каши молочные, пудинги и т.д.)	150					сборник рецептур или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**350**	**14,10**	**15,80**	**62,00**	**453,80**	
Всего за вариант:		**62,80**	**61,53**	**268,53**	**1 867,54**	

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**520**	**20,90**	**25,60**	**100,70**	**673,10**	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200					сборник рецептур или ТТК
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**700**	**31,19**	**30,36**	**93,30**	**799,80**	
Полдник						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью	150					сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**350**	**7,30**	**5,90**	**64,30**	**337,50**	
Всего за вариант:		**59,39**	**61,26**	**258,30**	**1 810,40**	

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	200/50					сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/20					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	555	23,00	16,70	129,40	649,80	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200					сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	20,84	34,15	102,18	885,55	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ	150					сборник рецептур или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	13,60	15,70	56,70	440,00	
Всего за вариант:		67,44	66,55	288,28	1 975,35	

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БЛЮДО ТВОРОЖНОЕ (запеканки, каши молочные, вареники и т.д.)	200					сборник рецептур или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	1шт					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	514	21,09	26,25	69,34	559,27	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					сборник рецептур или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200					сборник рецептур или ТТК
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150					сборник рецептур или ТТК
СОКЛЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	30,20	24,36	121,00	860,00	
Полдник						
БЛЮДО ТВОРОЖНОЕ (запеканки, каши молочные, вареники и т.д.)	150					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	8,55	10,90	64,22	390,78	
Всего за вариант:		59,84	61,51	258,16	1 810,05	

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**500**	**18,03**	**28,48**	**97,00**	**645,10**	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	200					сборник рецептур или ТТК
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**700**	**28,38**	**23,76**	**111,80**	**791,30**	
Полдник						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью	150					сборник рецептур или ТТК
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**350**	**13,00**	**10,90**	**55,60**	**374,00**	
Всего за вариант:		**59,41**	**63,06**	**264,40**	**1 810,40**	

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					сборник рецептур или ТТК
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90					сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**530**	**21,82**	**25,00**	**105,00**	**698,10**	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ	60					сборник рецептур или ТТК
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200					сборник рецептур или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	**700**	**31,94**	**34,75**	**103,68**	**858,35**	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ	150					сборник рецептур или ТТК
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200					сборник рецептур или ТТК
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**	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
Итого за период	612,65	635,29	2 713,50	18 599,28
Среднее значение за период	61,27	63,53	271,35	1859,93