



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 5-х разовом питании

206.25

1 Вариант

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	200	11,0	18,4		38,8	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,89	7,14		0,44	337
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0		15,2	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3		26,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	519	23,29	25,84		1,24	598,87
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6		5,0	ТТК №543
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	200	6,1	4,6		16,0	ТТК №43
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564	150	14,4	19,6		37,5	ТТК №564
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0		20,4	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3		24,3	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4		16,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	700	27,9	28,5		19,7	834,0
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70		8,70	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200	0,3	0,1		10,3	ТТК №549
Итого за прием пищи:	350	8,10	10,77		9,03	377,34
		59,33	65,06		2	1 810,16

Зав. производством

Знаменитый!



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

1 Вариант

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
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,89	7,14	0,44	97,47	337
ЧАЙ с САХАРОМ и ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
Итого за прием пищи:	569	26,04	30,44	93,14	691,27	
Обед						
СВЕЖАЯ С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
СУП с БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	250	7,6	5,8	20,0	163,0	ТТК №43
ВАРЕНЫЕ с КАРТОФЕЛЕМ и КУРИЦЕЙ со СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564	200	18,0	24,0	53,3	481,9	ТТК №564
КОМПЛОТ 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	35,84	36,56	155,79	1 077,32	
Всего за вариант:		61,88	67,00	248,93	1 768,59	

Зав. производством: Роботкина И. В.