



11.06.2025г.

Утверждаю



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

## 8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653               | 200          | 9,3              | 18,8    | 30,2        | 289,0                         | ТТК №653    |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                                         | 1шт          | 7,89             | 7,14    | 0,44        | 97,47                         | 337         |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                                            | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                    | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| Итого за прием пищи:                                              | 514          | 21,1             | 26,3    | 69,9        | 559,3                         |             |
| Обед                                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                                              | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          | ТТК №1      |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)                                    | 200          | 6,1              | 4,6     | 16,0        | 130,4                         | ТТК №43     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468                       | 150          | 16,4             | 19,0    | 30,1        | 379,3                         | ТТК №468    |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ                                         | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707         |
| 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          | 30,2             | 24,4    | 124,0       | 860,0                         |             |
| Полдник                                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 150          | 8,30             | 10,80   | 54,00       | 347,80                        | ТТК №100    |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ                                       | 200          | 0,3              | 0,1     | 10,2        | 43,0                          | ТТК №547    |
| 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                      |             |

Зав. производством

Иванович Н.А.



11.06.2025г.

Утверждаю



Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2 х разовом питании

8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                             |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 200          | 9,3              | 18,8    | 30,2        | 289,0                         | ТТК №653    |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                           | 1шт          | 7,89             | 7,14    | 0,44        | 97,47                         | 337         |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                              | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| Итого за прием пищи:                                | 514          | 21,1             | 26,3    | 69,9        | 559,3                         |             |
| Обед                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                                | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          | ТТК №1      |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)                      | 200          | 6,1              | 4,6     | 16,0        | 130,4                         | ТТК №43     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468         | 150          | 16,4             | 19,0    | 30,1        | 379,3                         | ТТК №468    |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ                           | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707         |
| 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          | 30,2             | 24,4    | 124,0       | 860,0                         |             |
| Всего за вариант:                                   |              | 51,29            | 50,61   | 193,94      | 1 419,27                      |             |

Зав. производством Исенькина Н.А.



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

11.06.2025г.

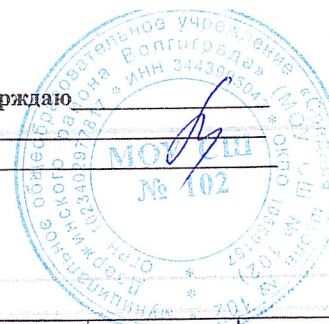
8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653               | 250          | 11,6             | 23,5    | 37,8        | 361,3                         | ТТК №653    |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                                         | 1шт          | 7,89             | 7,14    | 0,44        | 97,47                         | 337         |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                                            | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                    | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                              | 564          | 23,39            | 30,94   | 77,54       | 631,57                        |             |
| Обед                                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                                              | 100          | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          | ТТК №1      |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)                                    | 250          | 7,6              | 5,8     | 20,0        | 163,0                         | ТТК №43     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468                       | 200          | 21,9             | 25,3    | 40,1        | 505,7                         | ТТК №468    |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ                                         | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                    | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6      |
| ХЛЕБ ПЕКУЛЕВАННЫЙ                                                 | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7      |
| Итого за прием пищи:                                              | 870          | 40,02            | 32,05   | 154,40      | 1 097,80                      |             |
| Полдник                                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 200          | 11,10            | 14,40   | 72,00       | 463,70                        | ТТК №100    |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ                                       | 200          | 0,3              | 0,1     | 10,2        | 43,0                          | ТТК №547    |
| Итого за прием пищи:                                              | 400          | 11,35            | 14,50   | 82,22       | 506,68                        |             |
| Всего за вариант:                                                 |              | 74,76            | 77,49   | 314,16      | 2 236,05                      |             |

Зав. производством Исходникова Ю.А.



Утверждаю



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

11.06.2025г.

## 8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                             |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 250          | 11,6             | 23,5    | 37,8        | 361,3                         | ТТК №653    |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                           | 1шт          | 7,89             | 7,14    | 0,44        | 97,47                         | 337         |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                              | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                | 564          | 23,39            | 30,94   | 77,54       | 631,57                        |             |
| Обед                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1                                | 100          | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          | ТТК №1      |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)                      | 250          | 7,6              | 5,8     | 20,0        | 163,0                         | ТТК №43     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468         | 200          | 21,9             | 25,3    | 40,1        | 505,7                         | ТТК №468    |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ                           | 200          | 0,6              | 0,0     | 32,0        | 131,9                         | 707         |
| 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          | 40,02            | 32,05   | 154,40      | 1 097,80                      |             |
| Всего за вариант:                                   |              | 63,41            | 62,99   | 231,94      | 1 729,37                      |             |

Зав. производством Исмаилов М.А.