06.2025

Утверждаю
Директор МОУ СШ №85
Гузанова А.Ю. Гузанова

**Ежедневное 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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 200 | 11,0 | 18,4 | 38,8 | 315,0 | ТТК №82 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 7,89 | 7,14 | 0,44 | 97,47 | 337 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 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:** | **519** | **23,29** | **25,84** | **81,24** | **598,87** | |
| **Обед** | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,2 | ТТК №543 |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ) | 200 | 6,1 | 4,6 | 16,0 | 130,4 | ТТК №43 |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564 | 150 | 14,4 | 19,6 | 37,5 | 370,4 | ТТК №564 |
| 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** | **27,9** | **28,5** | **119,7** | **834,0** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155 | 150 | 7,80 | 10,70 | 48.70 | 334,00 | ТТК №155 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ | 200 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 43,3 | ТТК №549 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **8,10** | **10,77** | **59,03** | **377,34** | |
| **Всего за вариант:** | | **59,33** | **65,06** | **259,95** | **1 810,16** | |

Зав. производством _____

Утверждаю
Директор школы №85
Разумова Н.Ю. Разумова

**Ежедневное 10-ти дневное меню**
**в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет**
**в период каникул при 3-х разовом питании**

**1 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 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 | 97,471 | ТТК №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** | | | | | | |
| СВЕКЛА 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 |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564 | 200 | 18,0 | 24,0 | 53,3 | 481,9 | ТТК №564 |
| 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** | **35,84** | **36,56** | **155,79** | **1 077,32** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕНЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155 | 200 | 10,40 | 14,30 | 62,30 | 445,30 | ТТК №155 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ | 200 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 43,3 | ТТК №549 |
| **Итого за прием пищи:** | **400** | **10,70** | **14,37** | **72,63** | **488,64** | |
| **Всего за вариант:** | | **72,58** | **81,37** | **321,56** | **2 257,23** | |

Зав. производством

16.06.2025

Утверждаю
Директор МБОУ СШ №85
Дорожва Т.Ю. Журавлева

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

**1 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 200 | 11,0 | 18,4 | 38,8 | 315,0 | ТТК №82 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 7,89 | 7,14 | 0,44 | 97,47 | 337 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 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:** | **519** | **23,29** | **25,84** | **81,24** | **598,87** | |
| **Обед** | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,2 | ТТК №543 |
| СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ) | 200 | 6,1 | 4,6 | 16,0 | 130,4 | ТТК №43 |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564 | 150 | 14,4 | 19,6 | 37,5 | 370,4 | ТТК №564 |
| 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** | **27,9** | **28,5** | **119,7** | **834,0** | |
| **Всего за вариант:** | | **51,23** | **54,29** | **200,92** | **1 432,82** | |

Зав. производством _____

Утверждаю
Директор школы СШ №85
Яровова Ж.Ю. Русакова

**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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 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** | | | | | | |
| СВЕКЛА 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 |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564 | 200 | 18,0 | 24,0 | 53,3 | 481,9 | ТТК №564 |
| 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** | **35,84** | **36,56** | **155,79** | **1 077,32** | |
| **Всего за вариант:** | | **61,88** | **67,00** | **248,93** | **1 768,59** | |

Зав. производством _____