



Утверждаю

Прием пищи, наименование блюда

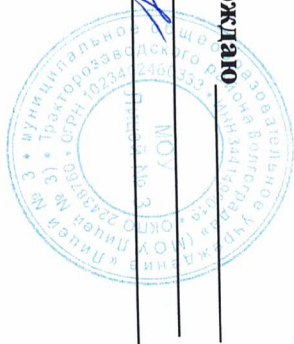
Зав. производством



Ежедневное 5-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

Утверждаю

В.И.И.



2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101		250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338		150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302		200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127		40/20	4,0	1,0	22,8	140,9	ТТК №127
Итого за прием пищи:		660	22,55	25,10	97,60	697,80	
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4		100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47		250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77		100	14,4	18,1	20,3	208,4	ТТК №77
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ ТТК №180		180	6,5	6,8	40,2	217,2	ТТК №180
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:		950	33,40	30,15	164,80	942,70	
Всего за вариант:			55,95	55,25	262,40	1 640,50	

Зав. производством



**Ежедневное 5-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании**

Утверждаю _____

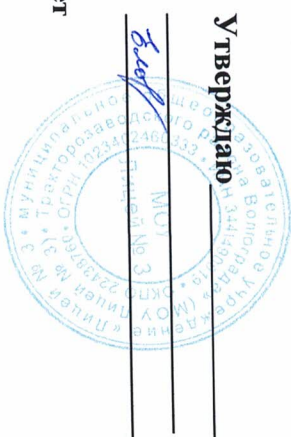
3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	250	20,4	28,8	33,5	357,3	ТТК №80
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫНЫМ СТУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,0	34,7	207,2	ТТК №387
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	590	28,60	35,05	107,50	737,30	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	21,9	25,3	40,1	505,7	ТТК №468
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за прием пищи:	870	34,08	34,65	130,85	1 001,40	
Всего за вариант:		62,68	69,70	238,35	1 738,70	

Зав. производством _____



Ежедневное 5-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании



Утверждаю

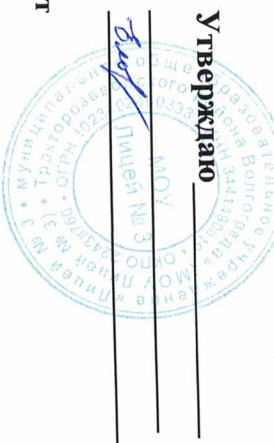
4 Вариант

4 вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513	250/50	18,4	18,7	83,0	417,4	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
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:	600	25,70	19,80	141,50	709,60	
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
ПЛОВ 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	
Всего за вариант:		68,42	66,51	273,09	1 888,72	

Зав. производством



Ежедневное 5-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании



Утверждаю _____

5 Вариант

3 вариант		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая 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	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380	30/10/10	4,70	5,10	17,10	149,90	ТТК №380	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	555	22,75	28,40	109,60	741,70		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №4	
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	250	4,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44	
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116	200	23,4	22,5	52,5	540,1	ТТК №116	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549	
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	38,40	28,82	141,63	1 002,64		
Всего за вариант:		61,15	57,22	251,23	1 744,34		

Зав. производством _____