



Сот. Ласовану
Иванова И.В.
20.04.15

Копия

Утверждено: ООО "Венера"
Иванова И.В.

20.04.15

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

Присм пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАЛИННАЯ 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 присм пиши:	569	26,09	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 ПЕКСЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за присм пиши:	870	35,80	36,60	155,80	1 077,30	
Всего за вариант:		61,89	67,04	248,94	1 768,57	

Согласовано
 15.05.2015
 20.05.2015

Комитет Версия
 Утверждаю: ООО "Венера"
 И.В. Иванова
 20.05.2015

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

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		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	22,60	25,10	97,60	697,80	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №1
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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за прием пищи:	950	33,40	30,20	164,80	942,70	
Всего за вариант:		56,00	55,30	262,40	1 640,50	

Комму Верно
Утверждено: ООО "Венера"
Иванова И.В.
2016 года

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

3 Вариант		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г				
Завтрак								
	250	20,4	28,8	33,5	357,3	ТТК №80		
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	90	4,3	6,0	34,7	207,2	ТТК №387		
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241		
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	590	28,60	35,10	107,50	737,30			
Обед								
Итого за прием пищи:	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326		
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	21,9	25,3	40,1	505,7	ТТК №468		
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	870	34,10	34,70	130,90	1 001,40			
Итого за прием пищи:		62,70	69,80	238,40	1 738,70			
Всего за вариант:								

Согласовано МОУ СОШ №5
2016 года

Согласовано

 15.05.2016 года

Комп. Верно
 утверждено: ООО "Венера"
 ИИИ - Иванова И.В.
 18.05.2016 года


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

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		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
ПШОВ 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за прием пищи:	870	42,70	46,70	131,60	1 179,10	
Всего за вариант:		68,40	66,50	273,10	1 888,70	

конне-ктура

Утверждаю: ООО "Венера"

Утверждаю: ООО "Венера"

Иванова И.В.

2026 года

на 10-ти дневное меньше, чем на 10-ти дневное меньше детей возрастной группы 12-18 лет

5 Вариант				5 Вариант				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак									
250	13,8	23,0	50,7	407,4	ТТК №82				
30/10/10	4,70	5,10	17,10	149,90	ТТК №380				
200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302				
55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6				
555	22,80	28,40	109,60	741,70					
Обед									
100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №1				
250	4,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44				
200	23,4	22,5	52,5	540,1	ТТК №116				
200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549				
60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6				
60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7				
870	38,40	28,90	141,60	1 002,60					
	61,20	57,30	251,20	1 744,30					

Конс. Верина И.В.
 утверждаю: ООО "Венера"
 И.В. Иванова И.В.
 2011 года

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

6 Вариант

6 Вариант		Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г				
Завтрак								
	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101		
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	90	4,3	6,0	34,7	207,2	ТТК №387		
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241		
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №241	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	570	24,50	29,70	109,80	764,60			
Итого за прием пищи: Обед								
	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326		
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	29,6	31,3	28,7	552,5	ТТК №795		
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	870	41,80	40,70	119,50	1 048,20			
Итого за прием пищи:		66,30	70,40	229,30	1 812,80			
Всего за вариант:								

Согласовано: 15.04.2011
 15.04.2011
 15.04.2011



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

7 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ 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	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
Итого за прием пищи:	605	26,10	19,80	144,00	721,20	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
ПЮФ 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	41,30	46,00	129,70	1 163,10	
Всего за вариант:		67,40	65,80	273,70	1 884,30	

Согласовано

 28.05.2016 года

Комитет Верно-Иванов
 утверждено: ООО "Венера"
 28.05.2016 года


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

8 Вариант

8 Вариант						
Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		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	40,00	32,10	154,40	1 097,80	
Всего за вариант:		63,39	63,04	231,94	1 729,37	



Комм. Верно
Утверждено: ООО "Венера"
Иванова И.В.
2018 г. 20.06.2018

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

9 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
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ЖЕЛЕ ПИЩЕВИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	550	20,85	33,00	108,90	737,50	
Обед						
БОРЩОВ С МАСЛОМ ТТК №326	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326
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
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ЖЕЛЕ ПИЩЕВИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
ЖЕЛЕ ПЕКСЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за прием пищи:	870	38,00	31,90	144,00	1 036,80	
Всего за вариант:		58,85	64,90	252,90	1 774,30	

Копия верна
 Утверждаю: ООО "Венера"
 Иванова И.В.
 2016 года

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

10 Вариант

10 Вариант						
Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		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
ВНИЧКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СТУШЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,0	34,7	207,2	ТТК №387
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:	590	26,10	29,80	119,70	812,50	
Обед						
СВИКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
ВОРИЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	250	3,4	5,0	111,9	104,0	ТТК №28
ПЛОДЫ 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	42,70	46,70	131,60	1 179,10	
Всего за вариант:		68,80	76,50	251,30	1 991,60	