

Директор МОУ СШ №102
 Д.С. Давыдов



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



6 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	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	520	20,9	25,0	100,7	673,1	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795	150	22,2	23,5	21,5	414,4	ТТК №795
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	700	31,2	30,4	93,3	799,8	
Полдник						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №903	150	7,20	5,90	47,60	268,00	ТТК №903
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
Итого за прием пищи:	350	7,30	5,90	64,30	337,50	
Итого за прием пищи:		59,39	61,26	258,30	1 810,40	

Всего за вариант:
 Зар. производителей

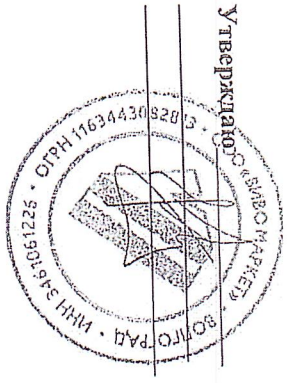
Директор МОУ СШ № 102

Дружеская пр. 10. Ярославль



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

6 Вариант



Присем пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫМЫМ СТУПЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
Итого за присем пиши:	520	20,9	25,0	100,7	673,1	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795	150	22,2	23,5	21,5	414,4	ТТК №795
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ	700	31,2	30,4	93,3	799,8	
Итого за вариант:		52,09	55,36	194,00	1 472,90	

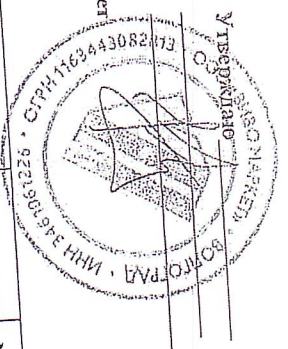
Зав. производством _____

Директор МОУ СШ № 102

В.И. Давыдова

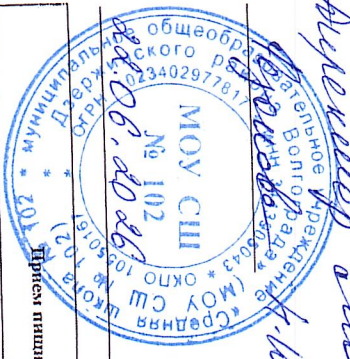


Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 3-х разном питании



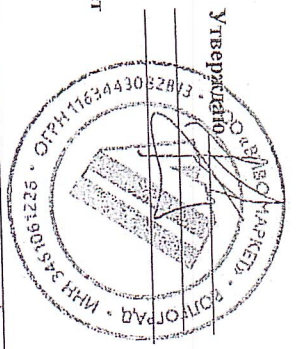
Присл. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
6 Вариант							
	Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЖКА ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101	
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №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	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	
Итого за присл. пищу:	570	24,45	29,70	109,80	764,60		
	Обед						
Итого за присл. пищу:	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 МАКАРОНЫМИ ИДЕЛЬЯМИ 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 ПЕКОБВАЧНЫЙ	870	41,78	40,65	119,45	1048,20		
Итого за присл. пищу:	Подсчит		63,59	357,30	ТТК №903		
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ТТК №903	200	9,60	7,90	16,7	69,5	ТТК №54	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	400	0,1	0,0	80,20	426,80		
Итого за присл. пищу:		9,70	7,90	80,20	426,80		
Итого за вариант:		75,95	78,25	309,45	2 239,60		
Всего за вариант:							
Зав. производством							

Дневник в лагерях с 10.10.102
Воспитатель К.В. Рыкова



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

6 Вариант



Присл. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		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
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫНЫМ С УЩЕЩЕННЫМ 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	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6
Итого за присл. пищи:	570	24,45	29,70	109,80	764,60	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795	200	29,6	31,3	28,7	552,5	ТТК №795
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	157,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
Итого за присл. пищи:	870	41,78	40,65	119,45	1 048,20	
Всего за вариант:		66,23	70,35	229,25	1 812,80	

Зав. производством _____