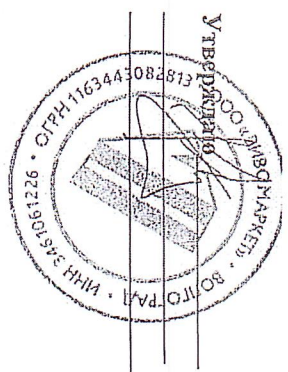


Директор ООО «А» №102

К.Ю. Фролова



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

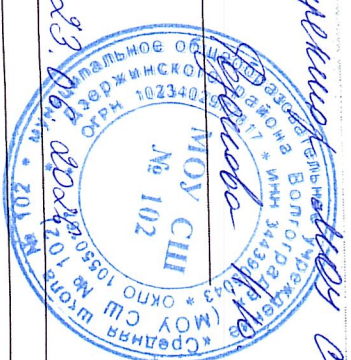


7 Вариант

| Применение блюд | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513 | 200/50 | 15,3 | 15,6 | 68,4 | 346,0 | 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: | 555 | 23,0 | 16,7 | 129,4 | 649,8 | |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,2 | ТТК №543 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,6 | 3,4 | 8,0 | 70,4 | ТТК №47 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 150 | 21,8 | 26,5 | 28,0 | 482,0 | ТТК №67 |
| 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 | 30,8 | 34,2 | 102,2 | 885,6 | |
| Полдник | | | | | | |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155 | 150 | 7,80 | 10,70 | 48,70 | 334,00 | ТТК №155 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 13,60 | 15,70 | 56,70 | 440,00 | |
| Всего за вариант: | | 67,44 | 66,55 | 288,28 | 1 975,35 | |

Зав. производством: _____

Директор МОУ СШ № 102
 Директор МОУ СШ № 102
 Директор МОУ СШ № 102



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

Утверждаю:
 (Signature)
 (Official red circular stamp)

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513 | 200/50 | 15,3 | 15,6 | 68,4 | 346,0 | ТТК №513 |
| БУТЕРБРОД С ЛОВИДЛОМ ТТК №127 | 30/20 | 3,30 | 0,80 | 19,00 | 117,40 | ТТК №127 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,5 | 0,0 | 1,52 | 60,0 | ТТК №301 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | ТТК № 6 |
| Итого за прием пищи: | 555 | 23,0 | 16,7 | 129,4 | 649,8 | |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,2 | ТТК №543 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,6 | 3,4 | 8,0 | 70,4 | ТТК №47 |
| ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 150 | 21,8 | 26,5 | 28,0 | 482,0 | ТТК №67 |
| 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 30,8 | 34,2 | 102,2 | 885,6 | |
| Всего за вариант: | | 53,84 | 50,85 | 231,58 | 1 535,35 | |

Зав. производством _____

Директор
 И.А. Рыжова



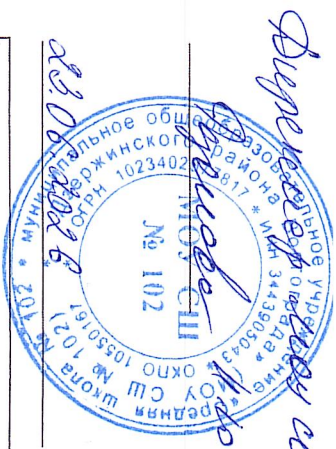
Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
 в период каникул при 3-х разовом питании

7 Вариант



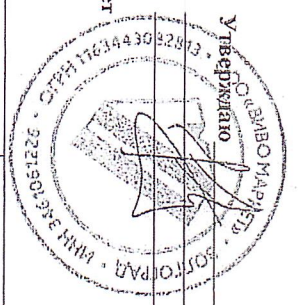
| Присл. пища, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № присл. типа |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Зачетрак | | | | | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513 | 230,50 | 18,4 | 18,7 | 83,0 | 417,4 | ТТК №513 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДОМ ТТК №127 | 30,20 | 3,30 | 0,80 | 19,00 | 117,40 | ТТК №127 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И НЕМОНОМ 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 присл. пищу: | 605 | 26,10 | 19,80 | 144,00 | 721,20 | |
| Обед | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 100 | 1,4 | 5,9 | 8,5 | 91,9 | ТТК №543 |
| ПИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 |
| ПШОВ ИЗ ПШИЦЫ ТТК №67 | 200 | 29,1 | 34,9 | 37,2 | 642,7 | ТТК №67 |
| КОМОТ 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 присл. пищу: | 870 | 41,32 | 45,96 | 129,69 | 1163,12 | |
| Полдник | | | | | | |
| МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ДЯДОМ ТТК №155 | 200 | 10,40 | 14,30 | 62,30 | 445,30 | ТТК №155 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| Итого за присл. пищу: | 400 | 16,20 | 19,30 | 70,30 | 551,30 | |
| Всего за вариант: | | 83,62 | 85,06 | 343,99 | 2435,62 | |

Зав. производством



Федеральный центр
 безопасности
 пищевой продукции
 и технического регулирования
 ВНИИТЭСИ
 № 102
 2017 г.

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

| 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 СМЕТАНЫМ ТТК №513 | 250/50 | 18,4 | 18,7 | 83,0 | 417,4 | ТТК №513 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДОМ 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 | |
| ЦИП 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 ПЕКАЛЕВАЧНЫЙ | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 41,32 | 45,96 | 129,69 | 1 163,12 | | |
| Всего за вариант: | | 67,42 | 65,76 | 273,69 | 1 884,32 | | |
| Зав. производством _____ | | | | | | | |