



МОУ «СШ №4

В.А. Соловьев



Утверждаю

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

23 июня 2016 г.

7 Вариант

Присл. пище, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАЖЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ 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 ЛИМОННОМ 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
ПШОВ ИЗ ПШЦЫ 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 ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	700	30,8	34,2	107,2	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	1975,35	
ВВ. ПОДВЕДОМСТВОМ						

Зав. производством



Заключение 10-м декабря 1990 г.

2.3 июня 2016

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 3-х разном питании
с 23 июня 2016
Кузнецов

Присм (пиши, наименование блюда)	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белков, г	Жиров, г		
Заправка					
ВАРЕЧКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОПАРИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ ТТК №513	230/50	18,4	18,7	83,0	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОСЫПКОМ ТТК №177	30/20	3,40	0,80	19,00	ТТК №177
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	ТТК №66
Итого за присм пишие	605	26,10	19,80	144,00	721,20
Овса					
ОВЕСКА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	ТТК №543
ШИШИ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,0	4,3	10,0	ТТК №47
ПЛОДЫ ПИЩЕВЫЕ ТТК №57	200	29,1	34,9	37,2	ТТК №57
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	ТТК №66
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	ТТК №67
Итого за присм пишие	810	41,32	45,96	129,69	1 163,12
Наличие					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯИЦОМ ТТК №155	200	10,40	14,30	62,30	ТТК №155
КУСЛОМО ПОЧКИ ПАВЛОДСК (КЛОФОР) №386	300	5,8	5,0	8,0	386
Итого за присм пишие	400	16,20	19,30	70,30	551,40
Всего за питание:		81,62	83,06	345,99	7 455,62
вс. производством					