



Согласовано

МОУ СШ № 56

*Средь О. П.*

20 года

*Копия Верна Илья*



Утверждаю: ООО "Венера"

*Илья* Иванова И.В.

20 года

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

**1 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	18,4	38,8	315,0	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,89	7,14	0,44	97,47	337
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>519</b>	<b>23,29</b>	<b>25,84</b>	<b>81,24</b>	<b>598,87</b>	
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564	150	14,4	19,6	37,5	370,4	ТТК №564
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>27,9</b>	<b>28,5</b>	<b>119,7</b>	<b>834,0</b>	
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,10</b>	<b>10,80</b>	<b>59,00</b>	<b>377,30</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>59,29</b>	<b>65,14</b>	<b>259,94</b>	<b>1 810,17</b>	

Копия верна *Иванова И.В.*



Согласовано  
*Иванова И.В.*  
*Иванова И.В.*

20 года

20 года

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

**2 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №191	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/20	4,0	1,0	22,8	140,9	ТТК №127
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>19,0</b>	<b>20,4</b>	<b>88,5</b>	<b>606,3</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77	90	12,0	15,2	18,2	129,2	ТТК №77
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЦАМИ ТТК №180	150	5,4	5,7	33,5	181,0	ТТК №180
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>790</b>	<b>27,7</b>	<b>26,2</b>	<b>137,7</b>	<b>800,9</b>	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	150	8,30	10,80	54,00	347,80	ТТК №100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,10</b>	<b>15,80</b>	<b>62,00</b>	<b>453,80</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>60,80</b>	<b>62,40</b>	<b>288,20</b>	<b>1 861,00</b>	



Согласовано  
 МОУ ИМ №56  
 Директор Овсянкова О.А.  
 \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

*Копия верна*



Утверждаю: ООО "Зенера"  
 \_\_\_\_\_ Иванова И.В.  
 \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

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

**3 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	200	16,31	23,0	26,8	265,7	ТТК №80
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ 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	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>24,51</b>	<b>29,3</b>	<b>100,8</b>	<b>645,7</b>	
<b>Обед</b>						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	150	16,4	19,0	30,1	379,3	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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>27,6</b>	<b>26,1</b>	<b>114,9</b>	<b>827,2</b>	
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,30</b>	<b>5,90</b>	<b>64,30</b>	<b>337,50</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>59,41</b>	<b>61,30</b>	<b>280,00</b>	<b>1 810,40</b>	

Согласовано

*М.П. ШМ № 56*  
*Дир. Ершова О.В.*

20 года

*Копие Верно*

Утверждаю: ООО "Венера"  
*Иванова И.В.*

20 года

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

**4 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>22,6</b>	<b>16,7</b>	<b>126,9</b>	<b>638,2</b>	
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРИЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28
ШОУВ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>31,9</b>	<b>34,8</b>	<b>103,7</b>	<b>898,4</b>	
<b>Поддник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,10</b>	<b>10,80</b>	<b>58,90</b>	<b>377,00</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>62,60</b>	<b>62,30</b>	<b>289,50</b>	<b>1 913,60</b>	

Согласовано

МОУ «Школа № 56»  
 Директор *Ирина В. П.*

20 года

Коммунальное учреждение

Утверждаю: ООО «Венера»

Иванова И.В.

«Венера»

20 года

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

## 5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	18,4	38,8	315,0	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>20,0</b>	<b>23,8</b>	<b>97,7</b>	<b>649,3</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	200	3,8	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116	150	17,5	16,9	39,4	405,1	ТТК №116
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>28,7</b>	<b>22,0</b>	<b>108,8</b>	<b>764,4</b>	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	150	8,30	10,80	54,00	347,80	ТТК №100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (кефир) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,10</b>	<b>15,80</b>	<b>62,00</b>	<b>453,80</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>62,80</b>	<b>61,60</b>	<b>268,50</b>	<b>1 867,50</b>	

Согласовано

*Мед. с/л № 56*  
*Директор ОИОС*

20 года

*Копия Верно*

Утверждаю: ООО "Венера"

*Иванова И.В.*

«Венера»

Для  
документов

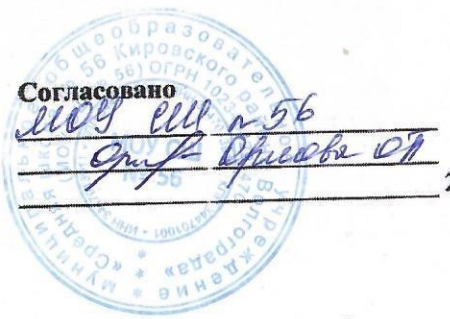
20 года

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	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>20,9</b>	<b>25,0</b>	<b>100,7</b>	<b>673,1</b>	
<b>Обед</b>						
МОРОКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795	150	22,2	23,3	21,5	414,4	ТТК №795
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №32	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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>31,2</b>	<b>30,4</b>	<b>93,3</b>	<b>799,8</b>	
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,30</b>	<b>5,90</b>	<b>64,30</b>	<b>337,50</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>59,40</b>	<b>61,30</b>	<b>258,30</b>	<b>1 810,40</b>	

Копия верна



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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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	
<b>Обед</b>						
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
ПЛОДЫ ИЗ ПИЦЦЫ 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	30	3,7	0,3	24,3	114,0	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	
<b>Полдник</b>						
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:		67,40	66,60	288,30	1975,40	



Согласовано

*М.О.С. № 56*  
*Дир. Дроздов О.П.*

20 года

*Копия Верна*

Утверждаю: ООО «Венера»

*Иванова И.В.*

«Венера»

20 года

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

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША вязкая молочная кукурузная с творогом ТТК №653	200	9,3	18,8	30,2	289,0	ТТК №653
ЯЙЦО вареное вкрутую №337	штг	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>514</b>	<b>31,09</b>	<b>26,24</b>	<b>69,94</b>	<b>559,27</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ свежий ТТК №1	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
СУП с бобовыми ТТК №43 (горох)	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
ГРЕЧКА по-купечески с филе куриным ТТК №468	150	16,4	19,0	30,1	379,3	ТТК №468
СОК/НЕКТАР в ассортименте	200	0,0	0,0	32,0	131,9	707
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>30,2</b>	<b>24,4</b>	<b>124,0</b>	<b>860,0</b>	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА рисовая с творогом с соусом молочным (сладким) ТТК №100	150	8,30	10,80	54,00	347,80	ТТК №100
ЧАЙ черный с яблоком свежим	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>8,60</b>	<b>10,90</b>	<b>64,20</b>	<b>390,80</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>59,89</b>	<b>61,54</b>	<b>258,14</b>	<b>1 810,07</b>	



Согласовано

*М.О.У.Ш. № 56*  
*Иванова О.И.*

20 года

*Конне Вериз*



Утверждаю: ООО "Венера"

*Иванова И.В.*

20 года

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

**9 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	18,4	38,8	315,0	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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>18,05</b>	<b>28,4</b>	<b>97,0</b>	<b>645,1</b>	
<b>Обед</b>						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	200	3,8	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116	150	17,5	12,3	39,4	405,1	ТТК №116
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №32	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №32
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>28,4</b>	<b>23,4</b>	<b>111,8</b>	<b>791,3</b>	
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903	150	7,20	5,90	47,60	268,00	ТТК №903
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>13,00</b>	<b>10,90</b>	<b>55,60</b>	<b>374,00</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>59,45</b>	<b>63,10</b>	<b>264,40</b>	<b>1 810,40</b>	



Копия меню *Иванова И.В.*  
 Утверждаю: ООО "Венера"  
*Иванова И.В.*



20 года

20 года

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

**10 Вариант**

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>21,8</b>	<b>25,0</b>	<b>105,8</b>	<b>698,1</b>	
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28
ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	21,8	10,3	23,0	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>31,9</b>	<b>34,8</b>	<b>103,7</b>	<b>898,4</b>	
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,90</b>	<b>10,70</b>	<b>65,40</b>	<b>403,50</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>61,60</b>	<b>70,50</b>	<b>274,90</b>	<b>2 000,00</b>	

Согласовано

МОН с/м п 56

Ориф Орфова Ов

20 года

Копия Верно Иск

Утверждено: ООО "Венера"

Иванова И.В.

20 года

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

## 1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>569</b>	<b>26,09</b>	<b>30,44</b>	<b>93,14</b>	<b>691,27</b>	
<b>Обед</b>						
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>35,80</b>	<b>36,60</b>	<b>155,80</b>	<b>1071,30</b>	
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	200	10,40	14,30	62,30	445,30	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №349
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>10,70</b>	<b>14,40</b>	<b>72,60</b>	<b>488,60</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>72,59</b>	<b>81,44</b>	<b>321,54</b>	<b>2 257,17</b>	



Согласовано

№ 56  
Иванова И.В.

20 года

Копия Версия Ивсч



Иванова И.В.

20 года

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

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>22,60</b>	<b>25,10</b>	<b>97,60</b>	<b>697,80</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,5	0,1	3,5	40,7	ТТК №1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
КОГЛЕТА 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	0,0	0,0	32,0	131,9	757
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	39,2	137,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕРАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>980</b>	<b>33,40</b>	<b>30,20</b>	<b>164,80</b>	<b>942,70</b>	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	200	11,10	14,40	72,00	463,70	ТТК №100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16,90</b>	<b>19,40</b>	<b>80,00</b>	<b>569,70</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>72,90</b>	<b>74,70</b>	<b>342,40</b>	<b>2 210,20</b>	

Согласовано  
 МСУ № 56  
 С.И. Орлова  
 20 \_\_\_\_ года

Копия верна

Утверждаю: ООО «Венера»  
 И.В. Иванова  
 «Венера»  
 20 \_\_\_\_ года

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

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	250	20,4	28,8	33,5	357,3	ТТК №80
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ 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	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>28,60</b>	<b>35,10</b>	<b>107,50</b>	<b>737,30</b>	
<b>Обед</b>						
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	121,9	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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,2	0,5	24,6	116,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>34,10</b>	<b>48,70</b>	<b>149,50</b>	<b>1001,40</b>	
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сливочным с ванилью ТТК №903	200	9,60	7,90	63,50	357,30	ТТК №903
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,4	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>9,70</b>	<b>7,90</b>	<b>80,20</b>	<b>426,80</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>72,40</b>	<b>77,70</b>	<b>318,60</b>	<b>2 165,50</b>	



Согласовано

*Иванова И.В.*  
*Иванова И.В.*

20 \_\_\_\_ года

*Копия верна*



Утверждаю: ООО "Венера"

*Иванова И.В.*

20 \_\_\_\_ года

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

**4 Вариант**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>25,70</b>	<b>19,80</b>	<b>141,50</b>	<b>709,60</b>	
<b>Обед</b>						
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	124,0	ТТК №28
ПЛОВ ИЗ ПШЕНИЦЫ 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	4,8	0,4	29,2	147,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>42,70</b>	<b>46,70</b>	<b>131,60</b>	<b>1179,10</b>	
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	200	10,40	14,30	62,30	445,30	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>10,70</b>	<b>14,40</b>	<b>72,50</b>	<b>488,30</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>79,10</b>	<b>80,90</b>	<b>345,60</b>	<b>2377,00</b>	



Копия Версия ИИИ



Согласовано  
ИИИ № 56  
ИИИ Иванова И.В.  
20 года

Утверждаю: ООО "Венера"  
ИИИ Иванова И.В.  
«Венера»  
20 года

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

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>22,80</b>	<b>28,40</b>	<b>109,60</b>	<b>741,70</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №1
СУП С КРУПОЙ (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 ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>38,4</b>	<b>28,90</b>	<b>124,00</b>	<b>1082,60</b>	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	200	11,10	14,40	72,00	463,70	ТТК №100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16,90</b>	<b>19,40</b>	<b>80,00</b>	<b>569,70</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>78,10</b>	<b>76,70</b>	<b>331,20</b>	<b>2314,00</b>	

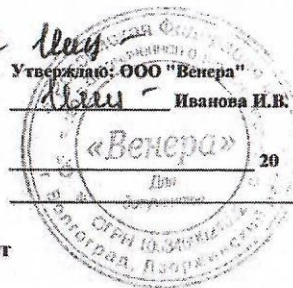


Согласовано

№ 56  
Иванова И.В.

20 года

Копия верна



Утверждаю: ООО "Венера"

Иванова И.В.

20 года

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

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>24,50</b>	<b>29,70</b>	<b>109,80</b>	<b>764,60</b>	
<b>Обед</b>						
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
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	137,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>41,80</b>	<b>40,70</b>	<b>119,50</b>	<b>1 048,20</b>	
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903	200	9,50	7,90	63,50	357,30	ТТК №903
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>9,70</b>	<b>7,90</b>	<b>80,20</b>	<b>426,80</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>76,00</b>	<b>78,30</b>	<b>309,50</b>	<b>2 239,60</b>	



Согласовано  
 МОУ ВШ № 56  
 ГИП Остров С.А.  
 20 года

Копия верна Имя



Утверждено: ООО "Венера"  
 Иванова И.В.  
 20 года

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

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>605</b>	<b>26,10</b>	<b>19,80</b>	<b>144,00</b>	<b>721,20</b>	
<b>Обед</b>						
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
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	137,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	113,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>41,30</b>	<b>46,00</b>	<b>129,70</b>	<b>1 153,10</b>	
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	200	10,40	14,30	62,30	445,30	ТТК №155
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КВФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>16,20</b>	<b>19,30</b>	<b>70,30</b>	<b>551,30</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>83,60</b>	<b>85,10</b>	<b>344,00</b>	<b>2 435,60</b>	



Согласовано

*Ирина Викторовна*  
*Директор ЦК*

20 года

*Копия верна*

Утверждено: ООО "Венера"



20 года

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

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653	250	11,6	23,5	37,8	361,3	ТТК №653
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1штг	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>564</b>	<b>23,39</b>	<b>30,94</b>	<b>77,54</b>	<b>631,57</b>	
<b>Обед</b>						
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	50	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>40,00</b>	<b>32,10</b>	<b>154,40</b>	<b>1 097,80</b>	
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (слизана) ТТК №100	200	11,10	14,40	72,00	463,70	ТТК №100
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>11,40</b>	<b>14,50</b>	<b>82,20</b>	<b>506,70</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>74,79</b>	<b>77,54</b>	<b>314,14</b>	<b>2 236,07</b>	

Согласовано

МОУ ЦШ № 56  
 Дир. Орлов Е.В.

20 года

Коние Верна Ивее

Утверждено: ООО «Венера»

Иванова И.В.

20 года

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

## 9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	250	13,8	23,0	50,7	407,4	ТТК №82
БУТБРЕЛОД 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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>20,85</b>	<b>33,00</b>	<b>108,90</b>	<b>737,50</b>	
<b>Обед</b>						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326
СУП С КРУПОЙ (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
КОМПЛОТ 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 ПЕКСИВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК №7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>38,00</b>	<b>31,90</b>	<b>144,00</b>	<b>1 036,80</b>	
<b>Полдник</b>						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903	200	9,60	7,90	63,50	357,30	ТТК №903
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>15,40</b>	<b>12,90</b>	<b>71,50</b>	<b>463,30</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>74,25</b>	<b>77,80</b>	<b>324,40</b>	<b>2 237,60</b>	



Согласовано  
 МОУ СШ №56  
 Дир. Давыдов С.А.

20 года

Копия верна Иванова И.В.



20 года

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

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №367	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>26,10</b>	<b>29,80</b>	<b>119,70</b>	<b>812,50</b>	
<b>Обед</b>						
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
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	122,4	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕСТЕВАНИЦЫ	60	3,9	0,5	24,6	102,7	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>42,70</b>	<b>46,70</b>	<b>131,60</b>	<b>1 179,10</b>	
<b>Полдник</b>						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	200	10,40	14,30	62,30	445,30	ТТК №155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>10,50</b>	<b>14,30</b>	<b>79,00</b>	<b>514,80</b>	
<b>Всего за вариант:</b>		<b>79,30</b>	<b>90,80</b>	<b>330,30</b>	<b>2 506,40</b>	

17,8  
 4,3  
 0,3  
 3,7  
 26,10  
 1,4  
 3,4  
 29,1  
 0,4  
 4,5  
 3,9  
 42,70  
 10,40  
 0,1  
 10,50  
 79,30