

УТВЕРЖДАЮ: ООО "СОЮЗ-К"
Директор: Миселев Д.Г.



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

Согласовано:



Согласовано:



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

1 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
А МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАЙОНА С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	13,4	28,8	279,6	ТТК №82
ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ ТТК №61	1шт	7,20	5,90	0,50	101,00	ТТК №61
С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ПШЕНИЧЬИЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
за прием пищи:	524	23,0	19,7	73,7	578,6	
Обед						
А С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
ТОРОХОВЫЙ ТТК №39	200	5,97	7	24,34	196,6	ТТК №39
А ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №45	150	4,00	4,40	27,00	157,80	ТТК №45
ОЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2	90/30	11	14,7	15,9	239,9	ТТК №2
СОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ПШЕНИЧЬИЙ	50	3,7	0,2	24,3	114,8	ТТК № 6
С ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
за прием пищи:	820	28,4	23,4	133,4	927,5	
за прием пищи:		51,4	43,1	207,1	1 423,0	



Согласовано:

Син



Согласовано:

Васильев

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

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
МОЛОЧНАЯ ВЯЖКА ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	10,9	14,8	36,4	339,0 ТТК №101
РЫБЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4 338
САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0 ТТК №302
ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8 ТТК № 6
на прием пищи:	610	16,2	15,8	94,9	603,2
Обед					
Ц. СВЕЖИЙ ТТК №28	60	0,9	0,1	5,1	24,4 ТТК №28
СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №40	200	4,64	6,6	25,67	149,8 ТТК №40
О ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 /КОТЛЕТА Я В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11)	90	12,4/10,2	12/11,05	13,9,8	200,1/179,5 ТТК №12/ТТК №11
РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №47	150	3,3	4,4	33,7	187,6 ТТК №47
ЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9 707
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8 ТТК № 6
БЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2 ТТК № 7
на прием пищи:	790	28/25,8	23,8/22,85	150,3/147,1	887,8/867,2
на день:		44,2/42	39,6/38,65	245,2/242	1491/1470,4

Директору:



Согласовано:

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

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВЯЖКА МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ ТТК №63	200	7,80	9,20	30,20	225,80	ТТК №63
БРОД С СЫРОМ ТТК №380	35/10/5	6,70	6,10	17,10	149,85	ТТК №380
САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
в прием пищи:	500	18,4	15,6	86,6	548,2	
Обед						
БОР СВЕЖИЙ ТТК №25	100	0,7	0	1,4	8,4	ТТК №25
МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41	200	5,12	5,6	19,3	148	ТТК №41
ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	16,6	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
ОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
в прием пищи:	770	30,9	26,2	103,3	796,3	
в день:		46,6	41,8	202,7	1 422,8	

Согласовано:



Согласовано:



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

4 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64	200	12,2	10,8	33,4	279,60	ТТК №64
БРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
САХАРОМ ТТК №302	200	0,3	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Итого прием пищи:	500	18,6	20,7	86,8	586,8	
Обед						
КА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38	200	4,72	6,82	22,74	132,1	ТТК №38
СА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ТЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого прием пищи:	750	25,4	24,3	109,7	716,9	
Итого за день:		46,9	45,0	196,5	1 428,7	

Приложение:



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

5 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	13,4	28,8	279,8	ТТК №82
БРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27	60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
ШЕПЧИЧЬИЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
на прием пищи:	515	17,7	18,1	95,8	620,2	
Обед						
Щ СВЕЖИЙ ТТК №28	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №28
РЫБИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43	200	4,72	6,60	13,60	125,60	ТТК №43
ОБЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	150	11,0	19,5	17,7	285,6	ТТК №48
СОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ШЕПЧИЧЬИЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
ДЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
на прием пищи:	700	22,9	27,0	91,4	689,8	
на день:		46,6	45,1	187,2	1 421,8	

прислаю:



Согласовано:

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

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ПОЛОЧНАЯ ВЯЖАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	10,9	14,8	36,4	339,0	ТТК №101
МОД С СЫРОМ ТТК №380	35/10/5	6,70	6,10	17,10	149,85	ТТК №380
САХАРНОМ КАРСАДЕ ТТК №341	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ПРИЕМ ПИЩИ:	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
	500	21,5	21,2	92,8	661,7	
Обед						
СВЕЖИЙ ТТК №28	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №28
САХАРНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41	200	5,12	5,6	19,3	148	ТТК №41
СУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	16,6	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
СЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
ПРИЕМ ПИЩИ:	700	28,9	26,1	94,0	749,8	
		46,6	47,3	202,8	1 421,9	

Сержапо:



Согласовано:



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

Прим. пищи, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
А ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ ТТК №103	200	10,60	14,50	32,00	220,60	ТТК №103
БЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
за прием пищи:	610	16,0	15,5	90,7	486,8	
Обед						
А С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
Б СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №40	200	4,64	6,6	25,67	149,8	ТТК №40
В ПТИЦЫ ТТК №67	150	11,5	26,2	28,0	391,5	ТТК №67
Г ОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
за прием пищи:	700	23,6	37,1	119,9	874,5	
за день:		46,7	52,6	210,6	1 427,5	

ржадо:



Согласовано:

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	200	9,2	14,4	38,7	315,0	ТТК №102
БЕРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27	60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
за прием пищи:	510	15,5	19,1	103,2	643,8	
Обед						
ЩЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №28
ОРОХОВЫЙ ТТК №39	200	5,97	7	24,34	196,6	ТТК №39
СА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,3	39,6	ТТК № 7
за прием пищи:	720	24,9	23,8	98,6	690,1	
за день:		40,4	47,8	201,8	1 422,8	



Утверждаю:



Согласовано:

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

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64	200	12,2	10,8	33,4	279,60	ТТК №64
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
Итого за прием пищи:	500	19,2	20,8	91,6	609,7	
Обед						
СУП С КРУПЮЙ (рисовая) ТТК №44	200	3,8	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
КОФЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ОМАТНЫМ ТТК №29	90/30	11	12,31	22,6	234,26	ТТК №29
КАША ПЕРЛОВАЯ ТТК №46	150	3,80	4,00	26,90	142,80	ТТК №46
СОМПОТ 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:	640	24,9	21,3	117,7	727,9	
Итого за день:		46,6	42,1	209,3	1 337,6	



Утверждаю:



Согласовано:

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

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №61	200/30	10,9	15,3	38,8	256,9	ТТК №61
ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24	30	1,80	5,30	12,60	107,50	ТТК №24
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 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
Итого за прием пищи:	500	16,0	21,0	86,1	516,3	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	3,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38	200	4,72	6,82	22,74	132,1	ТТК №38
КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22	90/30	10,3	12,3	13,1	204,4	ТТК №22
МАСЛЯНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23	150	4,6	5,2	29,6	183,6	ТТК №23
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:	820	27,1	29,1	131,6	853,3	
Всего за день:		46,7	50,1	217,7	1 369,6	

УТВЕРЖДАЮ
Директор: **Киселёв Д.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**

Прислаю:

Согласовано:



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

Применяемые блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
МОЛОЧНАЯ ВЯЗКА МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	250	13,8	16,8	36,0	349,8	ТТК №82
ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ ТТК №61	1шт	7,20	5,90	0,50	101,00	ТТК №61
САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
на прием пищи:	574	25,8	23,1	80,9	648,6	
Обед						
КА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
ПЕЧЕНЬ ТТК №39	250	7,46	8,75	30,43	245,75	ТТК №39
ПШЕННАЯ ВЯЗКА ТТК №45	180	4,80	5,28	32,40	189,36	ТТК №45
КАШИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2	100/30	12,2	17,3	17,7	275,0	ТТК №2
СОТ ИЗ СМЕШИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ПЕЧЕНЬ ТТК № 7	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
на прием пищи:	950	32,5	23,4	150,0	1 080,0	
на прием пищи:	58,2	46,5	230,9	1 423,0		

Утверждаю:



Согласовано:



**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

Пример 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	13,6	18,5	45,5	423,8	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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	660	18,9	19,5	104,0	688,0	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	100	0,8	0,2	1,7	13	ТТК №28
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №40	250	5,8	8,25	32,09	187,25	ТТК №40
РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 КОТЛЕТА	100	13,6/11,2	13,2/12,2	14,3/10,8	220,1/197,5	ТТК №12/ТТК №11
КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №47	180	3,95	5,28	40,44	225,12	ТТК №47
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 ПЕЧЕНАВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	920	30,96/28,56	27,6/26,6	161,3/157,8	971,4/948,77	
Всего за день:		49,9/47,5	47,1/46,1	265,3/261,8	1659,4/1636,8	

тверждаю:



Согласовано:



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

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ ТТК №63	250	9,75	11,50	37,75	282,25	ТТК №63
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380	35/10/5	6,70	6,10	17,10	149,85	ТТК №380
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
Итого за прием пищи:	550	20,3	17,9	94,2	604,9	
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №25	100	0,7	0	1,4	8,4	ТТК №25
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41	250	6,4	7	24,125	185	ТТК №41
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	19,0	26,0	19,5	432,2	ТТК №66
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
Итого за прием пищи:	870	34,6	34,0	113,0	941,3	
Всего за день:		46,6	51,9	202,7	1 422,8	

Утверждено:

Согласовано:

Согласовано:

Согласовано:

Согласовано:

Согласовано:

Согласовано:

Согласовано:

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

Прим. пшш, наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША вязкая молочная яичная с маслом ТТК №64	250	15,3	13,5	41,8	349,50	ТТК №64
БУТЕРБРОД с маслом №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
ЧАЙ с сахаром ТТК №202	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №202
ХЛЕБ пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Итого за прием пшш:	550	21,6	23,4	98,2	656,7	
Обед						
СВЕКЛА с маслом ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
БОРЩ с капустой и картофелем ТТК №38	250	5,9	7,9	28,425	165,125	ТТК №38
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ с курочкой ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
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
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пшш:	840	27,2	27,7	118,7	786,7	
Всего за день:		46,9	51,1	213,9	1 428,7	

Утверждаю:



Согласовано:



**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерах с длительным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период канникул при 2-х разовом питании**
5 Вариант

Пример 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	16,8	36,0	349,8	ТТК №82
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27	60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	565	20,5	21,5	103,0	690,2	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	100	0,8	0,2	1,7	13	ТТК №28
РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43	250	5,90	8,25	17,00	157,00	ТТК №43
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕЗЕНСКИ ТТК №48	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48
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	3,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	840	27,4	39,1	96,6	790,1	
Всего за день:		46,6	60,5	199,6	1 421,8	

тверждают:

Согласовано:



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

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	13,6	18,5	45,5	ТТК №101
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380	35/10/5	6,70	6,10	17,10	ТТК №380
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	550	24,2	24,9	101,9	746,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	100	0,8	0,2	1,7	ТТК №28
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41	250	6,4	7	24,125	ТТК №41
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	19,0	26,0	19,5	ТТК №66
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	840	32,5	34,0	100,3	883,4
Всего за день:		46,6	58,9	202,8	1 421,9

Сверждено:



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

7 Вариант

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША вязкая молочная из риса и пшена с маслом ТТК №103	250	13,25	18,13	40,00	275,75	ТТК №103
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	660	18,7	19,1	98,7	542,0	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №40	250	5,8	8,25	32,0875	187,25	ТТК №40
ПЛОВ ИЗ ПШЕНИ ТТК №67	200	15,3	34,9	37,2	322,0	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:	840	29,1	49,8	138,8	1 079,2	
Всего за день:		46,7	68,9	237,5	1 427,5	



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

Прим пищи, наименование блюда	Места порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	250	11,5	18,0	48,4	393,8	ТТК №102
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27	60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
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:	560	17,8	22,7	112,9	722,6	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	100	0,8	0,2	1,7	13	ТТК №28
СУП ГОРОХОВЫЙ ТТК №39	250	7,46	8,75	30,43	245,75	ТТК №39
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 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
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,3	39,6	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	810	26,3	23,8	101,3	727,9	
Всего за день:		44,1	47,8	214,2	1 422,8	



Согласовано:

**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	№ рецептура
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64	250	15,3	13,5	41,8	349,50	ТТК №64
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №12011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	12011
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	59,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	500	22,3	23,5	100,0	679,6	
Обед						
СУП С КРУТОЙ (рисовая) ТТК №44	250	4,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44
КОТЛЕТА ИЗ ТОВАДИНЫ РУБЦЕНАЯ С БЕЛОКОННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №29	100/30	12,2	13,7	25,1	260,3	ТТК №29
КАША ПЕРЛОВАЯ ТТК №46	180	4,89	2,40	32,28	171,36	ТТК №46
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 ПЕКСЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	850	28,2	23,1	128,9	806,8	
Всего за день:		46,6	45,6	228,8	1 486,4	



Согласовано:

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

Применяемые наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАШЕННИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №61	250/50	20,3	23,4	51,0	475,9	ТТК №61
ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24	30	1,80	5,50	12,60	107,50	ТТК №24
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
Итого за прием пищи:	570	25,4	29,1	98,3	735,3	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38	250	5,9	7,9	28,425	165,125	ТТК №38
КОТЛЕТА КУРИЦАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22	100/30	11,44	13,67	14,56	227,11	ТТК №22
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23	180	5,52	6,24	35,52	220,32	ТТК №23
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:	950	30,9	29,1	148,0	982,5	
Всего за день:		46,7	58,2	246,3	1 717,8	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 542876830996891146106243946295074616697218506966

Владелец Братухина Алёна Дмитриевна

Действителен с 12.05.2026 по 12.05.2027