



10.06.16

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



8 Вариант

| Присем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 200 | 9,3 | 18,8 | 30,2 | 289,0 | ТТК №653 |
| СЫРО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 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 |
| Итого за прием пищи: | 514 | 21,1 | 26,3 | 69,9 | 559,3 | |
| Обед | | | | | | |
| 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 | 0,6 | 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 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 30,2 | 24,4 | 124,0 | 860,0 | |
| Полдник | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 8,55 | 10,90 | 64,22 | 390,78 | |
| Всего за вариант: | | 59,84 | 61,51 | 258,16 | 1 810,05 | |
| Зав. производством | <i>[Signature]</i> | | | | | |



10.06.16

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

8 Вариант



| Присем пища, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------------------------|------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Зачтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653 | 250 | 11,6 | 23,5 | 37,8 | 361,3 | ТТК №653 | |
| ЙИЛО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 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 | |
| Итого за присем пищи: | 564 | 23,39 | 30,94 | 77,54 | 631,57 | | |
| Обед | | | | | | | |
| 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 ФАШЕ КУРИЦЫМ ТТК №468 | 200 | 21,9 | 25,3 | 40,1 | 505,7 | ТТК №468 | |
| СОКНЕКТАР В АССОРТАМЕНТЕ | 200 | 0,6 | 0,0 | 32,0 | 131,9 | 707 | |
| 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 присем пищи: | 870 | 40,02 | 32,05 | 154,40 | 1 097,80 | | |
| Всего за вариант: | | 63,41 | 62,99 | 231,94 | 1 729,37 | | |

Зав. производством

[Signature]