



04.06.2024

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

Утверждено
И.О. директора МОУ ЦДТ
И.И. Турдимова



2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	590	18,0	19,6	85,2	557,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90					Сборник рецептов или ТТК
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (гарнир)	150					Сборник рецептов или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ С АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	790	22,5	21,8	120,0	764,1	
Всего за день:		46,6	47,8	205,2	1 421,8	

ООО «Визво Маркет»
ИНН 3461061226
Столовая в м.п. школе МОУ ЦДТ №117
КРА ул. 2-я Штурманская, 22

04.06.2024

Примерное 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

Утверждено

и.о. директора ИОУ №17

И.В. Курдюмова

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЖКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	640	21,6	24,3	94,3	648,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100					Сборник рецептур или ТТК
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (гарнир)	180					Сборник рецептур или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	950	27,5	24,0	144,1	898,5	
Всего за день:		54,5	55,7	238,4	1 645,6	

ООО «Виво Маркет»
ИНН 3461061226
Столовая в лиц. школе МОУ СШ №117
КРА ул. 2-я Штурманская, 22