



21.06.2024

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

Утверждаю
И.А. Дудина
МОУ ЦИТ
Школы №117
КРА ул. 2-я Штурманская, 22

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	505	20,0	23,8	97,7	649,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептов или ТТК
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	200					Сборник рецептов или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	150					Сборник рецептов или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	700	22,6	24,9	108,9	734,9	
Всего за день:		46,6	48,7	206,6	1 421,8	

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

21.06.2024

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

Утверждаю
и.о. директора МБОУ СОШ
В.В. Курдюмова

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАШИНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/10					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	55					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	555	22,8	28,4	109,6	741,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	250					Сборник рецептов или ТТК
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	200					Сборник рецептов или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	29,8	36,3	134,7	925,0	
Всего за день:		54,8	64,7	244,3	1 666,7	

ООО «Виво Маркет»
ИНН 3481061226
Столовая в нач. школе МБОУ СОШ №117
КРА ул. 2-я Штурманская, 22