

Согласовано:

Директор МОУ № 112

И. Н. Касимуров

01.06.2023

КОПИЯ ВЕРНА

Директор
Тюгосова А.В.



«Утверждено»:

«Венера»
Директор ООО «Венера»

Тюгосова А.В.

МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул при 3-х разовом питании

1 день

« » 2023г

| Наименование блюд | Масса порции | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|--|--------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------|-------------|---------------|
| ВАРИАНТ - 1 | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 200 | 11,0 | 18,4 | 38,8 | 315,0 | ТТК №82 | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 45 | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | | |
| Итого: | 500 | 19,7 | 17,0 | 72,1 | 434,3 | | |
| 2-ой Завтрак | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 | |
| Итого | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №5 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,6 | 3,4 | 8,0 | 70,4 | ТТК №47 | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77 | 90 | 10,0 | 13,3 | 11,3 | 199,2 | ТТК №77 | |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131 | 180 | 9,2 | 17,9 | 47,3 | 284,5 | ТТК №131 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | | |
| Итого: | 810 | 27,2 | 28,5 | 128,1 | 833,6 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ТТК №50 | 200 | 0,6 | 0,2 | 18,7 | 89,0 | ТТК №50 | |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ | 100 | 7,84 | 10,09 | 56,40 | 348,11 | ТТК №41 | |
| Итого: | 300 | 8,4 | 10,3 | 75,1 | 437,1 | | |
| Всего: | | 55,3 | 55,8 | 275,3 | 1 705,0 | | 210,43 |

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам:

Согласовано:

Директор МОУ № 112

С. Н. Киселева
01.06.2023

КОПИЯ ВЕРНА

Директор
Тогосова А.В.



«Утверждено»:

«Венера»

Тогосова А.В.

МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул
при 2-х разовом питании

1 день

«___» _____ 2023г

| Наименование блюд | Масса порции | Белки г | Жиры г | Углеводы г | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб |
|---|--------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------|--------------|---------------|
| ВАРИАНТ - 1 | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82 | 250 | 13,8 | 23,0 | 50,7 | 407,4 | ТТК №82 | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 45 | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | 392 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126,4 | | |
| Итого | 550 | 22,2 | 19,9 | 81,0 | 483,3 | | |
| 2-ой Завтрак | | | | | | | |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,6 | 0,0 | 32,0 | 131,9 | 707 | |
| Итого | 200 | 0,6 | 0,0 | 32,0 | 131,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 100 | 1,5 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | ТТК №5 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47/1 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47/1 | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77 | 100 | 11,2 | 13,5 | 12,4 | 208,4 | ТТК №77 | |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131 | 180 | 9,2 | 17,9 | 47,3 | 284,5 | ТТК №131 | |
| 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 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | | |
| Итого | 950 | 32,3 | 30,7 | 152,4 | 1 013,7 | | |
| Всего | | 55,1 | 50,6 | 265,4 | 1 628,9 | | 182,11 |

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам: