

Согласовано:

Директор МОУ № 112

И. Н. Кандаурова

КОПИЯ ВЕРНА
Директор
Тогосова А.В.



«Утверждаю»:

«Венера» ООС «Венера»

Тогосова 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

10 день

«15» июня 2023г

Наименование блюд	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
ВАРИАНТ - 10							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого	590	15,1	14,3	81,0	401,8		
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	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 РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТТК №76	90	14,0	20,9	12,1	260,9	ТТК №76	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	150	8,5	9,3	34,0	196,8	ТТК №129	
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2		
Итого	780	30,9	34,3	115,6	807,6		
Полдник							
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100	7,84	10,09	56,40	348,11	ТТК №41	
Итого	300	8,2	10,2	77,9	436,6		
Всего		54,8	58,8	306,5	1 777,9		210,43

Начальник лагеря: *Савва*

Зав. производством: *М*

Экономист по ценам: *И*

Согласовано:

Директор МОУ № 112

Т.Н. Калугина



ОПИА ВЕНЕРА

Директор
Погосова 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

10 день

«15» июня 2023г

Наименование блюд	Масса порции	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
ВАРИАНТ - 10							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5	ТТК №101	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого	640	18,0	17,9	90,1	451,4		
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	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47/1	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТТК №76	100	15,6	23,2	13,6	289,9	ТТК №76	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	180	10,2	11,2	40,7	236,2	ТТК №129	
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7		
Итого	950	38,1	39,7	147,0	1 044,6		
Всего		56,7	57,6	269,1	1 627,9		182,11

Начальник лагеря: *Савчук*

Зав. производством: *М*

Экономист по ценам: *Г*