



Согласовано: *Солосолов*
начальник ИОЛ "Светлая" *Солосолов*
Дир. *Светлана* *Солосолов*



Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании
9 Вариант *25.06.25*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64	200	12,2	10,8	33,4	279,60	ТТК №64
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	19,2	20,8	91,6	609,7	
Обед						
СУП С КРУТОЙ (рисовая) ТТК №44	200	3,8	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
КОГЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ	90/30	11	12,31	22,6	234,26	ТТК №29
ТОМАТНЫЙ ТТК №29	150	3,80	4,00	26,90	142,80	ТТК №46
КАША ПЕРЛОВАЯ ТТК №46	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	24,9	21,3	117,7	727,9	
Итого за прием пищи:	640	46,6	42,1	209,3	1337,6	
Всего за день:						

Солосолов

Солосолов

Копия Верна:
Директор МКОУ
«Верхне-Орловская СОШ»
3.Г. Харитонова



Утверждено:

Согласовано:
начальник отд. Сельскохозяйственной
Эпид-Специализ. Т.В.

Согласовано:
Заведующий
Федеральной
Средней
Общественно-образовательной
школой

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет

в период каникул при 2-х разовом питании
9 Вариант 25.06.26



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64	250	15,3	13,5	41,8	349,50	ТТК №64
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	22,3	23,5	100,0	679,6	
Обед						
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	250	4,8	5,3	16,5	122,0	ТТК №44
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ	100/30	12,2	13,7	25,1	260,3	ТТК №29
ТОМАТНЫЙ ТТК №29						
КАША ПЕРЛОВАЯ ТТК №46	180	4,89	2,40	32,28	171,36	ТТК №46
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	850	28,2	22,1	128,9	806,8	
Всего за день:		46,6	45,6	228,8	1486,4	

исполн. Берсенева

Берсенева ВС

Копия верна:

Директор МКОУ
«Верхнемоловская СОШ»

3.П Харитонова