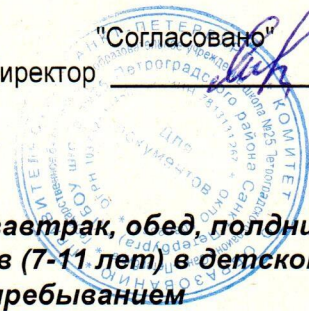


Директор \_\_\_\_\_

"Согласовано"



**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник)  
для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском  
оздоровительном лагере с дневным пребыванием**

" 27 " 03 2025 г

9 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,40	9,60	37,80	272,50
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	10/5/20	3,90	7,60	10,70	127,30
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>535</b>	<b>17,00</b>	<b>19,80</b>	<b>81,30</b>	<b>581,30</b>
<b>Обед</b>							
2017	70	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	10,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	3,40	7,60	7,60	130,50
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	8,10	191,30
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	4,20	20,20	136,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2013	601	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,70	0,00	16,80	68,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>850</b>	<b>33,80</b>	<b>26,40</b>	<b>103,40</b>	<b>776,20</b>
<b>Полдник</b>							
2021	201	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	5,10	4,30	11,10	103,10
2016	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	1,20	3,10	4,20	50,30
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,20	0,00	12,50	51,60
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>420</b>	<b>9,50</b>	<b>8,50</b>	<b>49,00</b>	<b>312,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>60,30</b>	<b>54,70</b>	<b>233,70</b>	<b>1 669,70</b>

Зав.производством:

Калькулятор:

Директор \_\_\_\_\_



**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения питанием детей и подростков (12-18 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием**

" 24 " 03 2025 г

9 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,40	9,60	37,80	272,50
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20/5/20	6,40	10,60	10,70	163,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,20	1,90	13,80	90,30
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>585</b>	<b>21,40</b>	<b>23,60</b>	<b>93,30</b>	<b>680,60</b>
<b>Обед</b>							
2017	70	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	10,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250	4,30	8,10	9,60	144,60
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	8,10	191,30
2016	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	1,20	3,10	4,20	50,30
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	5,00	24,20	162,90
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	60	4,50	1,60	31,80	160,80
2013	601	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,70	0,00	18,70	76,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1050</b>	<b>39,40</b>	<b>31,50</b>	<b>135,30</b>	<b>972,90</b>
<b>Полдник</b>							
2021	201	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	5,10	4,30	11,10	103,10
2016	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	1,20	3,10	4,20	50,30
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,20	0,00	12,50	51,60
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>420</b>	<b>9,50</b>	<b>8,50</b>	<b>49,00</b>	<b>312,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>70,30</b>	<b>63,60</b>	<b>277,60</b>	<b>1 965,70</b>

Зав.производством:

Калькулятор:

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

"24" сентября 2025 г

9 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
ТТК № 32	32/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	183	4,40	6,81	23,00	164,00
ТТК № 16	16/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,98	4,97	10,60	108,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	9,66	43,04
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>433</b>	<b>11,04</b>	<b>12,37</b>	<b>53,86</b>	<b>368,84</b>
<b>II Завтрак</b>							
ТТК № 29	29/2	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	175	4,90	4,38	19,25	94,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>175</b>	<b>4,90</b>	<b>4,38</b>	<b>19,25</b>	<b>94,50</b>
<b>Обед</b>							
ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	5,70	8,10	85,30
ТТК № 134	134/3	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,77	4,85	10,95	100,76
ТТК № 110	110/2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	7,64	3,76	8,67	109,50
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1,88	4,48	20,08	128,10
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 129	129/2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	19,96	82,18
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>740</b>	<b>18,42</b>	<b>19,89</b>	<b>96,88</b>	<b>647,84</b>
<b>Полдник</b>							
ТТК № 117	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,00	7,83	25,92	180,00
ТТК № 358	358/1	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,08	0,06	17,59	78,33
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>250</b>	<b>4,08</b>	<b>7,89</b>	<b>43,51</b>	<b>258,33</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>38,44</b>	<b>44,53</b>	<b>213,50</b>	<b>1 369,51</b>

Зав.производством:

Калькулятор: