

Согласовано:

Директор МОУ «Венера» №100



КОПИЯ ВЕРНА
Директор
Погосова А.В.



Директор «Венера»
Погосова А.В.

МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул
при 3-х разовом питании

10 день

« 01 » 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 №47/1 | 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | | |
| Итого | 950 | 38,1 | 39,7 | 147,0 | 995,3 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ | 150 | 10,83 | 14,79 | 83,22 | 509,76 | ТТК №41 | |
| Итого | 350 | 11,2 | 14,9 | 104,7 | 598,3 | | |
| Всего | | 67,9 | 72,4 | 373,8 | 2 100,8 | | 210,43 |

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам: