

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР- ОЛЫ»
МАУ "Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы"

Директор МАУ "Центр



Перспективное десятидневное меню
Завтрак и Обед от 12 лет и старше
для организации детского питания детей
в пришкольных лагерях
образовательных учреждениях
г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 12 лет и старше

Комплексное питание для
детей от 7 до 12 лет
пришкольного лагеря

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Вторник 04.06.2024							
Завтрак	Котлета Курная залоченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №48
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Масло сливочное	10	0,1	5,2	0,1	75	14/2005
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за завтрак		635	15,55	16,7	100,3	678	
Обед	Гарнировка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Борщ с капустой и картофелем на костном бульоне	200	11	7,5	19	164	110/2004
	Голубы отварная	90	16,2	12	0,3	174	ТТК№100,2
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	17	218	469/1994
	Напиток витаминизированный	200	0,1	0	24,9	97	100/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Напиток фруктоосахарозный в асоосагменте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		933	42,4	32,8	89,75	860	
Среда 05.06.2024							
Завтрак	Каша пшеница молочная	150	4,4	5,37	2,93	171	ТТК № 62
	Бифстек рубленый Детский тушеный	40/60	7,8	6,6	9,4	158	ТТК № 47,528/3/1994
	Булочка с маслом	10/25	1,9	6,5	12,9	136	1/3/1997
	АК Напиток из фруктов	200	1,2	0	31,6	126	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфета Маршмэллоу -шт	11	0,2	1,5	7	41	ТН
Итого за завтрак		521	17,4	20,2	76,73	693	
Обед	Гарнировка: кукуруза консервированная	60	1,9	0	4,9	59	ТТК№41
	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	2	1,3	23,2	205	139/20044
	Котлета рыбная из минтай в соусе основном красном	70/30	5,7	5,4	13,9	185	2/324,528/5/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,28	3,28	10,12	288	463/1994
	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	75	14/2005
	Напиток из черной смородины	200	0,27	0	25,8	101	ТТК№28
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	1,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Хачапури с сыром	80	9,1	12,4	36	272	ТТК№20
Итого за обед		913	30,55	31,6	156,7	1279	
Четверг 06.06.2024							
Завтрак	Гарнировка: Ягнэ свекольные	60	1,56	1,44	8,97	82	78/2004
	Котлета по-львовски в соусе основном красном	50/50	6,9	10,4	5,8	160	454/2004,528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	2,06	12,89	171	472/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обезжиренное	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		735	19,88	20,5	64,96	652	
Обед	Суп крестьянский с капустой на костном бульоне	200	7	1,9	10,4	185	134/2004
	Гарнировка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Котлета Курная залоченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №48
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	Комлот из свиных яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за обед		893	24,15	13,6	139,4	862	
Пятница 07.06.2024							
Завтрак	Бифстек рубленый Детский тушеный	40/60	7,8	6,6	9,4	158	ТТК № 47,528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	17	218	469/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	61	324/1997
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Конфеты в асоосагменте	16	0,3	2,8	15,8	90	ТТК № 57
Итого за завтрак		531	31,1	20,7	79,4	648	
Обед	Шн из свиной капусты с картофелем на костном бульоне	200	5,6	1,3	13,4	140	124/2004
	Сырники Классические с полковой смесью	135/50	19,3	10,9	35,32	306	ТТК №99,1, ТТК №25
	Напиток из яблок диетический	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Пюре картофельное	100	8	11	46,5	320	ТТК№14
Итого за обед		718	36,1	33,8	162,1	937	

Завтрак
Обед
Полдник

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Липиной, 2004г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильского, 2000г.

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

Комплексное питание для
детей от 7 до 12 лет
пришкольного лагеря

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Понедельник 10.06.2024							
Завтрак	Котлета Курочья запеченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №18
	Каша гречневая вязкая	150	3	2,4	12	150	ТТК № 58
	Масло сливочное	10	0,1	5,2	0,1	75	14/2005
	АК Компот из яблок	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Налисок фруктовосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		718	23,25	20,1	94,9	787	
Обед	Рассолынок ливерчатский на костном бульоне	200	4	1,8	10	189	132/2004;
	Рыба тушеная в томате с овощами (филе горбуши)	50/50	16,9	10,7	4,8	183	374/2004
	Рис отварной	162	2,65	5,1	15	225	465/1994
	Налисок классический	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Чачапури с сыром	100	11,3	15,5	45	340	ТТК№20
Конфета Марсшюк - Гат	11	0,2	1,5	7	41	ТН	
Итого за обед		862	41,85	36,6	153,4	1258	
Вторник 11.06.2024							
Завтрак	Каша ячменная молочная кукурузная	200	5,7	5,6	32,1	206	ТТК№231
	Бутерброд с сыром	3/20/25	5,7	5,9	10,2	120	3/1997
	Ябло вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	АК Налисок из черной смородины	200	0,27	0	25,8	101	ТТК№28
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Молоко пастеризованное ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		781	30,47	23,5	124,5	793	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	6	3,5	43	199	139/2004
	Сырники Классические с повидлой сладкой	135/50	19,3	10,9	35,32	306	ТТК №99.1, ТТК №25
	Компот из яблок	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Плюшка	100	9	11	66,5	300	ТТК№14
Итого за обед		710	35,6	25,6	185	973	
Среда 12.06.2024							
Завтрак	Каши из овсяных хлопьев Геркулес молочная	150	6,6	4,62	30,3	157	74/2004
	Котлета Курочья запеченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №18
	АК Налисок из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукты: яблоко сладкое	150	0,6	0	18,9	78	358/2005
	Итого за завтрак		625	19,35	18,3	108,4	617
Обед	Суп картофельный с макаронами и фрикадельками	200/20	9	3	43,8	225	140/2004, 112/2004
	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40/60	7,8	6,6	9,4	158	ТТК № 47, 528/3/1994
	Каши гречневая вязкая	150	3	2,4	12	150	ТТК № 58
	Компот Юсный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Пирожное в ассортименте	40	5	19	36	420	ТН
Итого за обед		768	29,4	31,6	179	1206	
Четверг 13.06.2024							
Завтрак	Сгущенка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Котлета рыбная из котлеты	100	10	10,8	16,6	238	2/524
	Макаронные изделия отварные	150	3	6,5	17	218	469/1994
	АК Компот из яблок	200	0,4	0	27,3	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Пирожок	60	3,24	2,82	45	219	ТН
Итого за завтрак		603	20,34	20,5	135,4	868	
Обед	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками	200/20	10,6	12	26	206	110/2004, 112/2004
	Биточки Школьные	100	16,6	17,4	16,4	310	ТТК № 10
	Каши ячменная молочная кукурузная	150	4,35	4,39	24,75	153	ТТК№231
	Налисок из кураги	200	1,2	0	31,6	126	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Налисок фруктовосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		895	40,65	40,4	121,1	978	
Пятница 14.06.2024							
Завтрак	Сгущенка: горошек консервированный	60	1,2	0	2,25	15	ТТК№40
	Котлета рыбная из котлеты	100	10	10,8	16,6	238	2/524
	Макаронные изделия отварные	150	3	6,5	17	218	469/1994
	АК Компот из яблок	200	0,4	0	27,3	106	585/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Пирожок	60	3,24	2,82	45	219	ТН
Итого за завтрак		603	20,34	20,5	135,4	868	
Обед	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками	200/20	10,6	12	26	206	110/2004, 112/2004
	Биточки Школьные	100	16,6	17,4	16,4	310	ТТК № 10
	Каши ячменная молочная кукурузная	150	4,35	4,39	24,75	153	ТТК№231
	Налисок из кураги	200	1,2	0	31,6	126	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Налисок фруктовосодержащий в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		895	40,65	40,4	121,1	978	

Завтрак
Обед
Полдние

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л.Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лупшиной, 2004г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильного, 2005г.

Видеокарти за период от 7 до 12 месеца преди изпит

Положило се	Наименование Видео	Вис. Видео	Положило се за периода			Изпитна комисия в отсъствие	Матрицата
			Ж	ЖК	Ж		
Резултат Видео 17.05.2014							
Защита	Видеокарти с видеокарти за видео за видео за видео	1930	9,41	5,1	16,1	201	ТТХ 3,03
	Резултат Видео	1930	9,41	5,1	16,1	201	4631394
	Матрицата	18	8,1	0,3	8,1	31	140,05
	AR Mail в отсъствие	200	8,1	0	15	38	478,148
	ЖК видеокарти	15	1,9	0,3	13,9	41	ТТХ 16,21
Видеокарти за видео	118	8,5	3	18,2	31	1087183	
Итого за защита		401	11,50	16,3	108,3	478	
Обща	Гласували: Видеокарти за видео за видео	40	1,2	0	3,70	15	ТТХ 3,03
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	200	1,0	0,5	1,0	10	102704
	Видеокарти за видео	1930	9,41	5,1	16,1	187	ТТХ 16,18 1187056
	Матрицата	18	1,5	0,5	1,1	118	450,102
	Видеокарти за видео за видео	200	0,1	0	31,8	31	507054
	Матрицата	31	1,8	0,4	15,9	31	ТТХ 16,17
	ЖК видеокарти	31	1,8	0,3	17,8	41	ТТХ 16,11
	Видеокарти за видео за видео	19	0,7	0,0	10,31	110	ТТХ 15,1
	Матрицата	200	0	0,4	0,4	118	ТТХ
	Итого за обща	16,8	40,7	16,9	128,72	180	
Резултат Видео 18.06.2014							
Защита	Видеокарти с видеокарти за видео за видео	1930	1,36	1,44	4,81	42	10,054
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	1,36	1,44	4,81	108	4631394 1087183
	Матрицата	18	1,0	1,0	1,0	171	478105
	AR Mail в отсъствие	200	0,3	0	3,8	128	ТТХ 16,1
	ЖК видеокарти	15	1,8	0,4	12,2	41	ТТХ 16,17
Видеокарти за видео	118	0	0,4	0,4	120	ТТХ	
Итого за защита		708	13,06	18,5	75,06	714	
Обща	Гласували: Видеокарти за видео за видео	40	1,2	0	3,15	11	ТТХ 3,03
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	200	0,1	0,1	1,8	10	1102044
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	10,9	10,7	4,8	81	ТТХ 16,18
	Матрицата	18	1,6	0,3	1,7	318	420,044
	Видеокарти за видео за видео	200	0,1	0	31,5	31	507054
	ЖК видеокарти	31	1,4	0,4	16,9	31	ТТХ 16,17
	Видеокарти за видео за видео	31	1,8	0,3	11,8	41	ТТХ 16,11
	Матрицата	200	0	0,4	0,4	110	ТТХ
	Итого за обща	0,8	18,3	18,4	154,18	708	
	Резултат Видео 19.06.2014						
Защита	Видеокарти с видеокарти за видео за видео	1930	4,4	1,37	3,9	111	ТТХ 16,11
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	1,8	0,5	3,4	158	ТТХ 16,17 1087183
	Матрицата	1831	1,8	0,3	10,8	118	100,01
	AR Mail в отсъствие	200	1,2	0	11,0	118	478105
	ЖК видеокарти	31	1,4	0,4	16,9	72	ТТХ 16,17
Видеокарти за видео	11	0,3	1,3	1	41	ТТХ	
Итого за защита		418	11,9	18,37	68,70	704	
Обща	Гласували: Видеокарти за видео за видео	40	1,2	0	4,5	58	ТТХ 3,03
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	200	1	1,1	10,2	103	100,044
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	5,7	0,4	11,0	181	ТТХ 16,18 1087183
	Матрицата	180	5,0	1,0	18,12	100	100,100
	Видеокарти за видео за видео	18	0,1	0,3	0,1	31	140,05
	Видеокарти за видео за видео	200	0,31	0	20,8	181	ТТХ 16,18
	ЖК видеокарти	15	0,4	0,4	16,9	31	ТТХ 16,17
	Видеокарти за видео за видео	31	1,4	0,4	20,8	121	ТТХ 16,17
	Матрицата	15	0,1	1,2	1,0	101	ТТХ 16,18
	Итого за обща	2,4	20,58	21,24	136,74	1019	
Резултат Видео 20.07.2014							
Защита	Видеокарти с видеокарти за видео за видео	1930	1,36	1,44	4,81	42	10,054
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	4,9	1,4	3,8	100	4631394 1087183
	Матрицата	18	1,1	1,0	1,0	171	478105
	AR Mail в отсъствие	200	0,4	0	1,9	38	420,102
	ЖК видеокарти	15	1,2	0,3	13,9	41	ТТХ 16,21
Видеокарти за видео	118	0	0,4	0,4	120	ТТХ	
Итого за защита		718	10,48	10,5	64,26	622	
Обща	Гласували: Видеокарти за видео за видео	40	1,2	0	3,15	11	ТТХ 3,03
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	200	0,1	0,1	1,8	10	1102044
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	10,9	10,7	4,8	81	ТТХ 16,18
	Матрицата	18	1,1	1,0	1,0	31	1087183
	Видеокарти за видео за видео	200	0,1	0	31,5	31	507054
	ЖК видеокарти	31	1,4	0,4	16,9	31	ТТХ 16,17
	Видеокарти за видео за видео	31	1,8	0,3	11,8	41	ТТХ 16,11
	Матрицата	200	0	0,4	0,4	110	ТТХ 16,17
	Итого за обща	0,8	18,3	18,4	154,18	708	
	Резултат Видео 21.08.2011						
Защита	Видеокарти с видеокарти за видео за видео	1930	7,8	0,8	7,4	118	ТТХ 16,17 1087183
	Матрицата	118	5,5	5,5	7,7	118	4631394
	Видеокарти	40	0,1	0,8	0,3	30	100,100
	AR Mail в отсъствие	200	0,3	0	1,5	28	420,102
	ЖК видеокарти	31	1,8	0,4	12,2	41	ТТХ 16,17
Видеокарти за видео	15	0,4	0,8	15,4	28	ТТХ	
Итого за защита		680	31,1	30,7	30,4	648	
Обща	Гласували: Видеокарти за видео за видео	40	1,2	1,1	1,1	140	124,044
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	200	0,8	0,5	10,12	100	ТТХ 16,17 1087183
	Матрицата	318	0,8	0	3,0	110	100,100
	Видеокарти за видео за видео	118	0	11	40,2	200	ТТХ 16,17
	Итого за обща	718	30,1	23,8	143,12	610	
Резултат Видео 21.09.2011							
Защита	Видеокарти с видеокарти за видео за видео	1930	4,4	5,37	5,95	171	ТТХ 16,11
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	7,4	6,6	5,4	131	ТТХ 16,17 1087183
	Матрицата	1930	1,0	8,1	13,8	135	100,100
	AR Mail в отсъствие	200	0,15	0	31,1	30	ТТХ 16,11
	ЖК видеокарти	31	1,4	0,4	16,9	31	ТТХ 16,17
Видеокарти за видео	11	1,9	0,3	11,5	21	ТТХ 16,21	
Итого за защита		554	16,61	19,21	97,12	708	
Обща	Гласували: Видеокарти за видео за видео	40	1,2	0	4,8	30	ТТХ 3,03
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	200	1	1,5	11,2	100	100,100
	Видеокарти за видео за видео за видео за видео	1930	1,7	1,0	11,8	100	ТТХ 16,18 1087183
	Матрицата	180	1,18	1,18	10,12	218	420,102
	Видеокарти за видео за видео	19	0,1	0,5	0,1	15	100,100
	Видеокарти за видео за видео	200	0,21	0	12,4	110	ТТХ 16,18
	ЖК видеокарти	31	1,4	0,4	16,9	31	ТТХ 16,17
	Видеокарти за видео за видео	31	1,8	0,4	12,2	121	ТТХ 16,11
	Матрицата	180	0	1,2	3,0	119	ТТХ 16,17
	Итого за обща	110	18,15	16,14	120,72	1319	

Резултат
Видео
Резултат

1. Общия резултат 2-та и 3-тия изпитни дни за кандидатите отбелязани са в резултатите за изпитния ден 21.09.2011 г.
2. Общия резултат 4-та и 5-тия изпитни дни за кандидатите отбелязани са в резултатите за изпитния ден 21.09.2011 г.
3. Общия резултат 6-та и 7-тия изпитни дни за кандидатите отбелязани са в резултатите за изпитния ден 21.09.2011 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Г. ЙОШКАР-ОЛЫ»
(МАУ "Центр детского здорового питания г. Йошкар-Олы")

Директор МАУ



Перспективное десятидневное меню

Завтрак и Обед от 7 до 12 лет

для организации детского питания детей
в пришкольных лагерях
образовательных учреждениях
г. Йошкар-Олы

Возрастная группа: от 7 до 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Вторник 04.06.2024							
Завтрак	Каша Куриная размятая в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №48
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44	244	465/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	318/2005
Итого за завтрак		605	16,05	12,6	107,1	643	
Обед	Гарнировка: горошек консервированный	100	1,9	0	3,7	24,9	ТТК№40
	Борщ с капустой и картофелем на костном бульоне	250	13,7	9,3	23,7	305	110/2004
	Голубцы отварные	90	16,2	12	0,3	174	ТТК№100.2
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	8,6	22,1	289	469/1994
	Напиток сладкий	200	0,1	0	24,9	97	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржанопшеничный	2/23	4,8	0,8	33,8	123	ТТК № 57
	Итого за обед		931	46	30,9	121,4	972,9
Среда 05.06.2024							
Завтрак	Каша пшеница молочная	200	5,8	1,14	3,8	227	ТТК № 62
	Бифидок рубленый Детской тушканый	40/60	7,8	6,6	9,4	158	ТТК № 47,528/3/1994
	Вутерброд с мясом	10/25	1,9	6,5	12,9	136	101/1997
	АК Напиток на судаче	200	1,2	0	31,6	126	638/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		560	18,6	30,4	70,6	788	
Обед	Гарнировка: кукуруза консервированная	100	3,1	0	8,1	97	ТТК№41
	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	2,5	1,5	38,5	256	139/2004
	Котлета рыбная из минтая в соусе основном красном	70/70	5,7	5,4	13,9	185	2/324,528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,28	3,38	10,13	288	463/1994
	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	75	140/2005
	Напиток из черной смородины	200	0,37	0	25,8	101	ТТК№28
	Хлеб ржанопшеничный	33	7,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Принек	60	3,54	2,82	45	219	ТН
Итого за обед		983	36,69	27	184,2	1415	
Четверг 06.06.2024							
Завтрак	Котлета по-киевски в соусе основном красном	50/50	6,9	10,4	5,8	180	454/2004,528/3/1994
	Картофельное пюре	200	4,4	2,7	17,1	227	472/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Молоко пастеризованное ультрапастеризованное, обезжиренное	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		725	19,4	19,7	60,2	626	
Обед	Суп крестьянский с крутой на костном бульоне	250	8,7	2,3	13,8	231	134/2004
	Гарнировка: горошек консервированный	100	1,9	0	3,7	24,9	ТТК№40
	Котлета Куриная запеченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №48
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44	244	465/1994
	Компот из смеси яблок	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб ржанопшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Итого за обед		881	28,48	35,3	145,2	940,9
Пятница 07.06.2024							
Завтрак	Бифидок рубленый Детской тушканый	40/60	7,8	6,6	9,4	158	ТТК № 47,528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	8,6	22,1	289	469/1994
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	324/1997
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		565	22,4	20	59,7	629	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	7	1,8	16,7	175	124/2004
	Сырники Классические с пшенной оладкой	135/50	19,3	10,9	35,32	306	ТТК №99,1,ТТК №25
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб ржанопшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
	Площадка	100	8	11	66,5	320	ТТК№14
Итого за обед		818	41,3	24,5	191,2	1094	

Завтрак
Обед
Полдник

Норма 470-888
Норма 705-823
Норма 235-353

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Д.Маруца, 1994г.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных заведениях под ред. В.Т.Лещинной, 2004г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П.Могильного, 2005г.

Комплексное питание для
детей от 12 лет и старше
пришкольного лагеря

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Понедельник 10.06.2024							
Завтрак	Котлета Курная запеченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №48
	Каша гречневая вязкая	200	3,9	3,12	15,9	199	ТТК № 58
	АК Компот из яблок	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток фруктоосахарозный в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		725	21,65	15,22	81,8	689	
Обед	Рассольник помидорный на костном бульоне	250	5	2,2	12,5	236	132/2004,
	Рыба тушеная в томате с овощами (филе горбуши)	50/50	16,9	10,7	4,8	183	374/2004
	Рис отварной	180	3,9	6,9	44	244	465/1994
	Напиток клюквенный	200	0,1	0	24,9	91	700/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хачапури с сыром	100	11,3	15,5	45	340	ТТК№20
Конфета Марсвайн - 1шт	11	0,2	1,5	7	41	ТН	
Итого за обед		866	39,3	37	151,1	1202	
Вторник 11.06.2024							
Завтрак	Каша вязкая молочная кукурузная	200	5,7	5,6	32,1	206	ТТК№231
	Вутерброд с сыром	5/20/25	6,7	5,9	10,2	120	3/1997
	Яйцо вареное	40	3,1	4,6	0,3	63	324/1991
	АК Напиток из черной смородины	200	0,27	0	25,8	101	ТТК№28
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржанко-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за завтрак		781	30,47	23,5	124,5	793	
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	250	7,5	4,3	53,7	248	139/2004
	Сырники Классические с повидлом сладкой	135/50	19,3	10,9	35,32	306	ТТК №99,1, ТТК №25
	Компот из яблок	200	0,4	0	27,3	107	638/2004
	Хлеб ржанко-пшеничный	2/33	4,8	0,8	33,8	122	ТТК № 57
	Пшеника	100	8	11	66,5	300	ТТК№14
Итого за обед		801	40	27	216,6	1083	
Четверг 13.06.2024							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес молочная	200	8,7	6,1	37,8	208	74/2004
	Котлета Курная запеченная в соусе основном красном	50/50	9,45	5,5	16,3	202	ТТК №48
	АК Напиток из плодов цитрусовых	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Фрукты - яблок сладкое	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за завтрак		675	21,45	11,8	115,9	668	
Обед	Суп картофельный с макаронами, капустой и фрикадельками	250/20	11,2	3,7	54,7	281	140/2004, 112/2004
	Вифилекс рубленый Детский тушеный	40/60	7,8	6,6	9,4	158	ТТК № 47, 528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	200	3,9	3,12	15,9	199	ТТК № 58
	Компот Южный	200	0,3	0	28	120	ТТК №1
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток в ассортименте	40	5	19	56	420	ТН
Итого за обед		835	30,1	32,62	176,9	1359	
Пятница 14.06.2024							
Завтрак	Гарнировка: горошек консервированный	100	1,9	0	3,7	24,9	ТТК№40
	Котлета рыбная из минтая	100	10	10,8	16,6	238	3/324
	Макаронные изделия отварные	200	7,4	8,6	22,1	289	465/1994
	АК Компот из яблок сладких	200	0,2	0	37,6	106	585/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за завтрак		625	21,4	19,6	82,9	718,9	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на костном бульоне	250	13,7	9,3	37,7	205	110/2004
	Биточек Школьный	100	16,6	17,4	16,4	310	ТТК № 10
	Каша вязкая молочная кукурузная	200	5,7	5,6	32,1	206	ТТК№231
	Напиток из кураги	200	1,2	0	31,6	126	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Напиток фруктоосахарозный в ассортименте	200	6	6,4	9,4	120	ТН
Итого за обед		975	45,1	38,9	126,1	1028	

Завтрак
Обед
Полдние

Норма 470-588
Норма 705-823
Норма 335-353

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф.Л. Марчука, 1994г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях под ред. В.Т. Липанной, 2004г.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под ред. М.П. Мотыгина, 2005г.

Продукт	Наименование блюда	Вес блюда	Питательная ценность			Энергетическая ценность	% от нормы	
			Б	Ж	У			
Понедельник 17.05.2021								
Завтрак	Котлеты Куриные запеченные в масле со сметаной соусом	2000	8,65	5,1	16,3	202	ТТК №48	
	Рис отварной	180	3,8	0,9	44	246		
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	13	38		
	Хлеб пшеничный	35	1,8	0,1	12,5	81		
	Фрукты яблоко сырое	130	0,6	0	16,6	36		
Итого за завтрак		488	16,08	11,6	107,1	643		
	Обед	Грибы жареные с овощами и сметаной	150	1,8	0	3,7	24,9	ТТК №43
		Карп в молочном соусе с овощами и сметаной	210	11,7	3,1	23,7	265	1161904
		Ветчина Шпиком	1500	6,4	19,2	12,91	187	ТТК № 0-418/01924
		Макаронные изделия отварные	200	3,4	8,6	21,1	203	4681994
		Напиток молочный	200	0,1	0	24,8	87	7002104
		Хлеб пшеничный	35	1,8	0,1	12,5	61	ТТК № 37
Напиток фруктовый прозрачный с сахаром		204	8	0,1	9,6	130	ТН	
Итого за обед		2094	49,2	34,7	188,74	610,3		
	Вторник 18.05.2021							
	Завтрак	Котлеты куриные запеченные в масле со сметаной соусом	2000	8,5	13,4	5,8	160	4140194 318011924
		Картофель пюре	200	4,4	1,7	11,1	237	
		АК Чай с сахаром	200	0,2	0	18	130	
		Хлеб пшеничный	35	1,8	0,1	12,5	81	
		Молоко цельное ультрапастеризованное, обезжиренное, разлитое в бутылки	200	8	0,4	8,6	130	
Итого за завтрак		2178	19,1	19,7	73,2	688		
	Обед	Грибы жареные с овощами и сметаной	150	1,9	0	3,7	24,9	ТТК№43
		Макаронные изделия в масле со сметаной соусом	210	5	1,2	12,5	236	1161904
		Рыба треска в масле с овощами и сметаной соусом	2000	16,8	10,7	6,8	181	1140204
		Макаронные изделия отварные	204	3,4	8,6	21,1	189	4681994
		Напиток молочный	200	0,1	0	24,8	87	7002104
		Хлеб пшеничный	35	1,8	0,1	12,5	71	ТТК № 37
Хлеб пшеничный		35	1,9	0,1	12,5	61	ТТК № 37	
Итого за обед		498	36,4	22,1	97,8	862,3		
	Среда 19.05.2021							
	Завтрак	Хлеб пшеничный мясной	200	5,8	3,14	1,8	121	ТТК № 62
		Картофель пюре с сметаной и сливочным маслом	4100	7,8	8,8	9,4	138	
		Вареники с мясом	1000	1,9	6,5	19,9	138	
		АК Чай с сахаром	200	0,2	0	21,6	126	
		Хлеб пшеничный	35	1,4	0,4	16,9	72	
Итого за завтрак		568	19,1	28,4	74,6	719		
	Обед	Гамбургеры куриные запеченные	180	3,1	2	8,1	97	ТТК№41
		Суп картофельный с фасолью на сметане соусом	150	1,3	1,5	18,3	218	1161904
		Котлеты рыбные запеченные в масле со сметаной соусом	2000	11	5,8	11,9	182	2001 118011924
		Рис отварной	180	3,8	0,9	44	244	4681994
		Напиток молочный	200	0,1	0	24,8	91	ТТК№37
		Хлеб пшеничный	35	1,4	0,4	16,9	71	ТТК № 37
Хлеб пшеничный		35	1,9	0,4	21,8	72	ТТК № 37	
Итого за обед		512	21,8	14,8	172	1077		
	Четверг 20.05.2021							
	Завтрак	Гамбургеры куриные запеченные	180	3,5	2,1	14,8	135	ТТК№41
		Котлеты картофельные запеченные в масле со сметаной соусом	2000	8,8	19,4	3,8	160	
		Картофель пюре	200	4,4	1,7	11,1	237	
		АК Чай с сахаром	200	0,2	0	13	38	
		Хлеб пшеничный	35	1,9	0,1	12,5	81	
Итого за завтрак		304	8	6,4	34,4	130		
	Обед	Макаронные изделия ультрапастеризованное, обезжиренное, разлитое в бутылки	200	8	0,4	8,6	130	ТН
		Суп картофельный с фасолью на сметане соусом	815	11,8	31	19	781	
		Гамбургеры куриные запеченные	180	8,7	1,2	13,8	131	1140204
		Котлеты куриные запеченные в масле со сметаной соусом	160	1,3	0	3,7	24,9	ТТК№43
		Суп мясной с овощами	1000	9,4	3,3	16,3	181	ТТК № 48
		Рис отварной	35	1,15	1,3	3,84	33	521011924
Напиток молочный		180	0,1	0	24,8	244	4681994	
Хлеб пшеничный	35	0,1	0	23,6	188	18011924		
Итого за обед		312	27,7	16,6	128,24	911,9		
	Пятница 21.05.2021							
	Завтрак	Картофель пюре с сметаной и сливочным маслом	4100	7,8	8,8	9,4	138	ТТК № 47 118011924
		Макаронные изделия отварные	200	3,4	8,6	21,1	189	
		Яблоко сырое	48	0,1	4,6	0,3	63	
		АК Чай с сахаром	200	0,2	0	13	38	
		Хлеб пшеничный	35	1,9	0,1	12,5	81	
Итого за завтрак		4778	12,5	22,8	54,8	363		
	Обед	Макаронные изделия ультрапастеризованное, обезжиренное, разлитое в бутылки	200	8	0,4	8,6	130	ТН
		Суп мясной с овощами	281	12,9	21,8	15,3	218	
		Суп картофельный с фасолью на сметане соусом	210	7	1,8	16,7	115	1140204
		Салатик картофельный с овощами и сметаной	1150	15,3	19,9	19,31	266	ТТК №26 1ТТК №43
		Напиток молочный	200	0,1	0	24,8	119	7002104
		Хлеб пшеничный	35	1,4	0,4	16,9	71	ТТК № 37
Хлеб пшеничный		35	1,8	0,4	19,8	131	ТТК № 37	
Итого за обед		189	8	11	66,5	100		
		818	41,3	34,6	191,21	1894		
	Понедельник 24.05.2021							
	Завтрак	Хлеб пшеничный мясной	200	5,8	3,14	1,8	121	ТТК № 62
		Картофель пюре с сметаной и сливочным маслом	4100	7,8	8,8	9,4	138	
		Вареники с мясом	1000	1,9	6,5	19,9	138	
		АК Чай с сахаром	200	0,25	0	25,1	98	
Хлеб пшеничный		35	1,9	0,1	12,5	61		
Итого за завтрак		577	11,7	17,1	7,1	41		
	Обед	Гамбургеры куриные запеченные	180	3,1	2	8,1	97	ТТК№41
		Суп картофельный с фасолью на сметане соусом	150	1,3	1,5	18,3	218	1161904
		Котлеты рыбные запеченные в масле со сметаной соусом	2000	11	5,8	11,9	182	2001 118011924
		Макаронные изделия отварные	180	3,8	1,3	16,12	189	4681994
		Напиток молочный	200	0,1	0	24,8	91	ТТК№37
		Хлеб пшеничный	35	1,4	0,4	16,9	72	ТТК № 37
Хлеб пшеничный		35	1,1	1,4	16,9	72	ТТК № 37	
Итого за обед		343	34,35	23,3	149,23	1211		

Завтрак
Обед
Полдние

Норма 470-815
Норма 701-811
Норма 231-131

1. Объем реакции белка и углеводов в сутки для детей от 12 лет, 1994г.
2. Объем реакции белка и углеводов в сутки для детей от 12 лет, 1994г.
3. Объем реакции белка и углеводов в сутки для детей от 12 лет, 1994г.
4. Объем реакции белка и углеводов в сутки для детей от 12 лет, 1994г.