

Согласовано

Директор ООО «Венера»
Иванова И.В.

20 года

Копия Верна

Утверждаю: ООО «Венера»
Иванова И.В.

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАЙНАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	18,4	38,8	315,0	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	шт	7,89	7,14	0,44	97,47	337
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	519	23,29	25,84	81,24	598,87	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564	150	14,4	19,6	37,5	370,4	ТТК №564
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
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:	700	27,9	28,5	119,7	834,0	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549
Итого за прием пищи:	350	8,10	10,80	59,00	377,30	
Всего за вариант:		59,29	65,14	259,94	1 810,17	



Согласовано

Директор МОУ СПО
Велицкий А.А.

20 года

Копия верна



Утверждаю: ООО "Венера"

Иранова И.В.

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
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 ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/20	4,0	1,0	22,8	140,9	ТТК №127	
Итого за прием пищи:	610	19,0	20,4	88,5	606,3		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77	90	13,0	16,3	18,3	199,2	ТТК №77	
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ ТТК №180	150	5,4	5,7	33,5	181,0	ТТК №180	
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	
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:	790	27,7	26,2	137,7	800,9		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сливочным) ТТК №100	150	8,30	10,80	54,00	347,80	ТТК №100	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386	
Итого за прием пищи:	350	14,10	15,80	62,00	453,80		
Всего за вариант:		60,80	62,40	288,20	1 861,00		

Согласовано

Директор МОУ сш №190
И.И. Вельженин А.А.
20 года

Коние версия

Утверждаю: ООО "Венера"
Иванова И.В.
20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

3 Вариант

3 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	200	16,31	23,0	26,8	265,7	ТТК №80
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387
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:	540	24,51	29,3	100,8	645,7	
Обед						
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	150	16,4	19,0	30,1	379,3	ТТК №468
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	730	27,6	26,1	114,9	827,2	
Полдник						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903	150	7,20	5,90	47,60	268,00	ТТК №903
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
Итого за прием пищи:	350	7,30	5,90	64,30	337,50	
Всего за вариант:		59,41	61,30	280,00	1 810,40	



Согласовано

Директор МОУ сш №10
Велицкий А.А.

20 года

Копия верна



Утверждаю: ООО "Венера"

Иванова И.В.

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

4 Вариант

4 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513	200/50	15,3	15,6	68,4	346,0	ТТК №513
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	550	22,6	16,7	126,9	638,2	
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	21,8	26,5	28,0	482,0	ТТК №67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	700	31,9	34,8	103,7	898,4	
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
Итого за прием пищи:	350	8,10	10,80	58,90	377,00	
Всего за вариант:		62,60	62,30	289,50	1 913,60	

Согласовано

Врач педиатр МОУ СШ №10
Величкин А.А.
20 года

Комиссия берис

Утверждаю: ООО «Венера»
Иванова Н.В.



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

5 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	18,4	38,8	315,0	ТТК №82
	30/10/10	4,70	5,10	17,10	149,90	ТТК №380
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	505	20,0	23,8	97,7	649,3	
Итого за прием пищи:						
Обед						
	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	200	3,8	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	150	17,5	16,9	39,4	405,1	ТТК №116
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ	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	700	28,7	22,0	108,8	764,4	
Итого за прием пищи:						
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (слизким) ТТК №100	150	8,30	10,80	54,00	347,80	ТТК №100
	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	350	14,10	15,80	62,00	453,80	
Итого за прием пищи:						
Всего за вариант:						
		62,80	61,60	268,50	1 867,50	

Согласовано



Комитет Вереса Мещ.



20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101	
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	520	20,9	25,0	100,7	673,1		
Обед							
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46	
ЖАРКОЕ С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №795	150	22,2	23,5	21,5	414,4	ТТК №795	
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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	700	31,2	30,4	93,3	799,8		
Полдник							
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903	150	7,20	5,90	47,60	268,00	ТТК №903	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Итого за прием пищи:	350	7,30	5,90	64,30	337,50		
Всего за вариант:		59,40	61,30	258,30	1 810,40		



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
7 Вариант						
Завтрак						
		15,3	15,6	68,4	346,0	ТТК №513
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ ТТК №513	200/50					
	30/20	3,30	0,80	19,00	117,40	ТТК №127
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	555	23,0	16,7	129,4	649,8	
Итого за прием пищи:						
Обед						
	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	150	21,8	26,5	28,0	482,0	ТТК №67
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	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	700	30,8	34,2	102,2	885,6	
Итого за прием пищи:						
Полдник						
	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	350	13,60	15,70	56,70	440,00	
Итого за прием пищи:		67,40	66,60	288,30	1 975,40	
Всего за вариант:						



Согласовано
Директор МБОУ ссч № 190
Величкин А.А.
20 года

20 года

Коние Верно



Иванова И.В.

20 ГОДЫ

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

3 Вариант

8 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №653	200	9,3	18,8	30,2	289,0	ТТК №653
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,89	7,14	0,44	97,47	337
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
	514	21,09	26,24	69,94	559,27	
Итого за прием пищи:						
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	150	16,4	19,0	30,1	379,3	ТТК №468
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
	700	30,2	24,4	124,0	860,0	
Итого за прием пищи:						
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	150	8,30	10,80	54,00	347,80	ТТК №100
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ СВЕЖИМ	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
	350	8,60	10,90	64,20	390,80	
Итого за прием пищи:						
Всего за вариант:						
		59,89	61,54	258,14	1 810,07	



Согласовано

Директор МОУ СШ №10
Иванов А.А.
20 года

Коние Верма



Утверждено: ООО "Венера"

Иванова И.В.

20 года

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

9 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	11,0	18,4	38,8	315,0	ТТК №82
	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	500	18,05	28,4	97,0	645,1	
Итого за прием пищи:						
Обед						
	60	0,8	1,9	4,2	35,4	ТТК №326
МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326	200	3,8	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
СУП С КРУПЮЙ (рисовая) ТТК №44	150	17,5	16,9	39,4	405,1	ТТК №116
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116	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	700	28,4	23,8	111,8	791,3	
Итого за прием пищи:						
Полдник						
ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ с соусом молочным сладким с ванилью ТТК №903	150	7,20	5,90	47,60	268,00	ТТК №903
	200	5,8	5,0	8,0	106,0	386
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386	350	13,00	10,90	55,60	374,00	
Итого за прием пищи:		59,45	63,10	264,40	1 810,40	
Всего за вариант:						

Согласовано

Директор

15.04.2011

М.П. ГОРОДСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ
ПО ОБОРУДОВАНИЮ И
ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБСЛУЖИВАНИЮ
ГОРОДА (МУП ГОУ)

20 года

Утверждаю: ООО "Венера"
Иванова И.В.

«Венера» 20 год

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		10 Вариант			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	
		Масса порции	Пищевые вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	14,2	18,8	36,4	339,0	ТТК №101	
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387	90	4,3	6,00	34,70	207,2	ТТК №387	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	530	21,8	25,0	105,8	698,1		
Обед							
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	200	2,7	4,0	9,5	83,2	ТТК №28	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	21,8	26,5	28,0	482,0	ТТК №67	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53	
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:	700	31,9	34,8	103,7	898,4		
Полдник							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155	150	7,80	10,70	48,70	334,00	ТТК №155	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Итого за прием пищи:	350	7,90	10,70	65,40	403,50		
Всего за вариант:		61,60	70,50	274,90	2 000,00		