

Утверждаю:
Директор ПКОУ "Урюпинск"
генерал-лейтенант СИГ
А.В.А.
03.06.2024
7-11 лет

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

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	11,4	13,5	36,4	198,2	ТТК №101
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	590	16,7	15,6	87,5	445,2	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,3	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
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	23,1	24,5	97,6	733,5	
Всего за день:		39,8	40,1	185,1	1 178,7	

Pepperecks 44



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

3 Вариант		5.06.2024					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЖКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	200	9,8	23,0	26,8	220,9	ТТК №80	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/30	6,1	1,2	38,4	164,7	ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	18,2	24,4	90,6	497,8		
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1	
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №44	
ТЕФЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным ТТК №65	90/30	12,0	11,3	14,1	244,0	ТТК №65	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	150	8,5	9,3	34,0	196,8	ТТК №129	
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	810	28,9	25,5	134,4	865,8		
Всего за день:		47,1	49,9	225,0	1 363,6		

Подписано 24

Утверждаю:

Директор ГКОУ "Уролинская кадетская школа имени генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"

А.В.Абрамов

03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

4 Вариант 6.04 2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	200/50	16,9	17,3	33,8	290,0	ТТК №156
ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	650	21,3	18,2	83,2	516,5	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	11,5	26,2	28,0	391,5	ТТК №67
КОМПЮТ 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	21,6	30,4	115,4	844,4	
Всего за день:		42,9	48,6	198,6	1 360,9	

Supercakes *MA*

Утверждено:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

5 Вариант 7.04.2024

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	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
Итого за прием пищи:	519	21,3	18,3	78,6	477,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	150	12,6	21,8	14,1	329,3	ТТК №71
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
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	25,6	27,1	100,5	772,2	
Всего за день:		46,9	45,4	179,1	1 249,9	

Сергеев М.А.

Утверждено:
Директор ГБОУ "Уральская кадетская школа имени генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет

в период каникул при 2-х разовом питании

6 Вариант 10.06.2024						
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	11,4	13,5	36,4	198,2	ТТК №101
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/30	6,1	1,2	38,4	164,7	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	19,8	14,9	100,2	475,1	
Обед						
ОВОЩИ по сезону	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ ТТК №63	90/5	10,0	13,3	11,3	199,2	ТТК №63
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131	180	9,2	17,9	47,3	284,5	ТТК №131
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	815	27,6	36,2	126,5	835,2	
Всего за день:		47,4	51,1	226,7	1 310,3	

Supervised by

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов



Ежедневное 10-ти дневное меню

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

7 Вариант 11.06.2024

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	200	9,2	10,5	31,6	192,0	ТТК №102
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337
ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
Итого за прием пищи:	519	18,9	15,8	69,5	430,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (перловой) ТТК №45	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №45
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,3	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
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	23,5	27,7	114,8	864,2	
Всего за день:		42,4	43,5	184,3	1 294,5	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Уральская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

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 13.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАШНАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/30	6,1	1,2	38,4	164,7	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	18,4	13,1	98,0	472,9	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	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
ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	11,5	26,2	28,0	391,5	ТТК №67
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:	700	25,3	31,6	121,9	872,2	
Всего за день:		43,7	44,7	219,9	1 345,1	

Абрамов

Утверждаю:
 Директор ГБОУ "Урлинская кадетская школа имени
 генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"
 А. В. Абрамов
 03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 2-х разовом питании

10 Вариант 14.06.2024

Примем 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	11,4	13,5	36,4	198,2	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	ТТК №6
Итого за прием пищи:	590	15,1	14,3	81,0	401,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТТК №76	90	14,0	20,9	12,1	260,9	ТТК №76
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	150	8,5	9,3	34,0	196,8	ТТК №129
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	780	30,9	34,3	115,6	890,7	
Всего за день:		46,0	48,6	196,6	1 292,5	

Супроводит 109

Утверждаю:
 Директор ПКДУ "Урюпинская кадетская школа имени генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
 А.В.Абрамов
 03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 2-х разовом питании

1 Вариант 17.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАЛЫША С МАСЛОМ ТТК №82	200	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337
ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
Итого за прием пищи:	519	19,7	17,0	72,1	434,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ ТТК №63	90/5	10,0	13,3	11,3	199,2	ТТК №63
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131	180	9,2	17,9	47,3	284,5	ТТК №131
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	815	27,2	28,5	128,1	859,2	
Всего за день:		46,9	45,5	200,2	1 293,5	

Suprakovskiy



Ежедневное 10-ти дневное меню

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

2 Вариант 18.06.2024

Присм 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	11,4	13,5	36,4	198,2	ТТК №101
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
Итого за присм пищи:	590	16,7	15,6	87,5	445,2	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,3	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
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 присм пищи:	700	23,1	24,5	97,6	733,5	
Всего за день:		39,8	40,1	185,1	1 178,7	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ТКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

3 Вариант 19.06.2024						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80	200	9,8	23,0	26,8	220,9	ТТК №80
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/30	6,1	1,2	38,4	164,7	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	18,2	24,4	90,6	497,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным ТТК №65	90/30	12,0	11,3	14,1	244,0	ТТК №65
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	150	8,5	9,3	34,0	196,8	ТТК №129
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	810	28,9	25,5	134,4	865,8	
Всего за день:		47,1	49,9	225,0	1 363,6	

Абрамов А.В.



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

4 Вариант 20.04 2024

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	200/50	16,9	17,3	33,8	290,0	ТТК №156
ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	650	21,3	18,2	83,2	516,5	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	11,5	26,2	28,0	391,5	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	21,6	30,4	115,4	844,4	
Всего за день:		42,9	48,6	198,6	1360,9	

Супруженко А.В.



Ежедневное 10-ти дневное меню

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

5 Вариант 22.04.2024

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	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
Итого за прием пищи:	519	21,3	18,3	78,6	477,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	150	12,6	21,8	14,1	329,3	ТТК №71
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
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	25,6	27,1	100,5	772,2	
Всего за день:		46,9	45,4	179,1	1 249,9	

Suprakovskiy

А. В. Абрамов

03.06.2024



Ежедневное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет

в период каникул при 2-х разовом питании

6 Вариант		24.06.2024		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
			Белки, г			Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак										
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101					200	11,4	13,5	36,4	198,2	ТТК №101
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127					40/30	6,1	1,2	38,4	164,7	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392					200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:					500	19,8	14,9	100,2	475,1	
Обед										
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ										
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46					60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
					200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ ТТК №63					90/5	10,0	13,3	11,3	199,2	ТТК №63
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131					180	9,2	17,9	47,3	284,5	ТТК №131
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52					200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ					40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:					815	27,6	36,2	126,5	835,2	
Всего за день:						47,4	51,1	226,7	1 310,3	

Supplies M

Утверждаю:
Директор ПКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"
03.06.2024
А.В. Абрамов

Ежедневное 10-ти дневное меню

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

7 Вариант 25.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	200	9,2	10,5	31,6	192,0	ТТК №102
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337
ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
Итого за прием пищи:	519	18,9	15,8	69,5	430,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (перловая) ТТК №45	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №45
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150	14,3	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
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	23,5	27,7	114,8	864,2	
Всего за день:		42,4	43,5	184,3	1 294,5	

Supplaclos M7

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Уропинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню

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

8 Вариант 26.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №156	200/50	16,9	17,3	33,8	290,0	ТТК №156
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	650	22,9	19,5	89,7	559,9	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2
СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44	200	1,4	4,2	13,2	97,6	ТТК №44
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	90	10,3	19,7	14,7	273,2	ТТК №62
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) с маслом ТТК №130	160	5,3	4,3	26,7	162,0	ТТК №130
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	790	23,2	28,8	120,2	822,4	
Всего за день:		46,1	48,3	209,9	1382,3	

Абрамов А.В.

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урфинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов

03.06.2024

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 27.06.2024

Примем 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	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/30	6,1	1,2	38,4	164,7	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6
Итого за прием пищи:	500	18,4	13,1	98,0	472,9	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	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
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	11,5	26,2	28,0	391,5	ТТК №67
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:	700	25,3	31,6	121,9	872,2	
Всего за день:		43,7	44,7	219,9	1345,1	

Исproved мн

Утверждаю:

Директор ГБОУ "Уропинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"

А.В. Абрамов

03.06.2024

Ежедневное 10-ти дневное меню

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

10 Вариант 28.06.2024

Применение 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	11,4	13,5	36,4	198,2	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	ТТК №6
Итого за прием пищи:	590	15,1	14,3	81,0	401,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТТК №76	90	14,0	20,9	12,1	260,9	ТТК №76
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом ТТК №129	150	8,5	9,3	34,0	196,8	ТТК №129
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	780	30,9	34,3	115,6	890,7	
Всего за день:		46,0	48,6	196,6	1 292,5	

Абрамов А.В.

Утверждаю:
Директор ГБОУ "Уропинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании
1 Вариант 3.06.2024

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	250					Сборник рецептур или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	569	22,2	19,9	81,0	483,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100/5					Сборник рецептур или ТТК
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ	180					Сборник рецептур или ТТК
КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60				Сборник рецептур или ТТК	
Итого за прием пищи:	955	32,3	30,7	152,4	1 013,7	
Всего за день:		54,5	50,6	233,4	1 497,0	

С.И.Горшкова

Утверждено:

Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"

А.В.Абрамов

03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

2 Вариант 4.06.2024

Прим пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
чай с молоком	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	640	19,6	19,2	96,6	494,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП с МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ в СОУСЕ с ОВОЩАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ из ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	31,0	32,2	119,6	933,6	
Всего за день:		50,5	51,4	216,2	1 428,4	

Абрамов А.В.

Утверждаю:
Директор ГНОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

3 Вариант		5.06.2024				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/30					Сборник рецептов или ТТК	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептов или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК	
Итого за прием пищи:	550	20,7	30,1	97,3	553,0		
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК	
СУП С КРУПНОЙ (рисовая)	250					Сборник рецептов или ТТК	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным	100/30					Сборник рецептов или ТТК	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом	180					Сборник рецептов или ТТК	
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК	
Итого за прием пищи:	980	35,5	30,3	167,0	1 051,6		

А.В.Абрамов



Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

4 Вариант 6.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	250/50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	700	24,6	21,6	90,0	574,5	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	27,6	40,2	135,0	991,2	
Всего за день:		52,2	61,8	225,0	1 565,7	

Сурова 602 М/М

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

5 Вариант 7.06.2024

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прим пищи:	569	23,8	21,2	87,5	526,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250					Сборник рецептов или ТТК
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прим пищи:	870	34,0	35,8	123,1	982,5	
Всего за день:		57,8	57,0	210,6	1 509,2	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ГБОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"
А.В.Абрамов
10.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

6 Вариант							10.06.2024		№ рецептуры
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	250						Сборник рецептов или ТТК		
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/30						Сборник рецептов или ТТК		
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200						Сборник рецептов или ТТК		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30						Сборник рецептов или ТТК		
Итого за прием пищи:	550	22,7	18,5	109,3	524,7				
Обед									
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100						Сборник рецептов или ТТК		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250						Сборник рецептов или ТТК		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100/5						Сборник рецептов или ТТК		
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ	180						Сборник рецептов или ТТК		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200						Сборник рецептов или ТТК		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60						Сборник рецептов или ТТК		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60						Сборник рецептов или ТТК		
Итого за прием пищи:	955	32,8	37,8	152,0	971,3				
Всего за день:		55,5	56,3	261,3	1 496,0				

Supra Co M

Утверждаю:

Директор ПКООУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"

А.В.Абрамов

03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет

в период каникул при 2-х разовом питании

7 Вариант 11.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептур или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	569	21,2	18,4	77,4	478,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (перловая)	250					Сборник рецептур или ТТК
ПТИЦА. ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	870	31,1	32,3	133,3	1 017,7	
Всего за день:		52,3	50,7	210,7	1 496,0	

Суровый М.В.

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 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 13.06.2024						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАй МАННАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/30					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	550	20,9	16,0	106,9	521,9	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	33,4	41,7	151,5	1 114,1	
Всего за день:		54,3	57,7	258,4	1 636,0	

Supersolus

Утверждено:

Директор ГКОУ "Уродинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"

А.В.Абрамов

03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

10 Вариант 14.06.2024

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	250					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	640	18,0	17,9	90,1	451,4	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	100					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом	180					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	950	38,1	39,7	147,0	1 044,6	
Всего за день:		56,1	57,6	237,1	1 496,0	

Директор

Agavechilus *MS*

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

2 Вариант 18.06.2024

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	250					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	640	19,6	19,2	96,6	494,8	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	31,0	32,2	119,6	933,6	
Всего за день:		50,5	51,4	216,2	1 428,4	

Игорь Александрович

Утверждаю:

Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"

А.В.Абрамов

03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет

в период каникул при 2-х разовом питании

3 Вариант 19.06.2024						
Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/30					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	550	20,7	30,1	97,3	553,0	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	250					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным	100/30					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом	180					Сборник рецептов или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	980	35,5	30,3	167,0	1 051,6	
Всего за день:		56,1	60,4	264,3	1 604,6	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

4 Вариант 20.06.2024						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	250/50					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	700	24,6	21,6	90,0	574,5	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	27,6	40,2	135,0	991,2	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Урюпинский район
Муниципальное кадетское общеобразовательное учреждение
"Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

5 Вариант 21.06.2024						
Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептур или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	569	23,8	21,2	87,5	526,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
СУП С БОБОВЬМИ (ГОРОХ)	250					Сборник рецептур или ТТК
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	870	34,0	35,8	123,1	982,5	
Всего за день:		57,8	57,0	210,6	1 509,2	

Супрун М.А.

Утверждаю:

Директор ГБОУ «Юртинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова»

А.В.Абрамов

03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

6 Вариант 24.06.2024

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	250					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/30					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	550	22,7	18,5	109,3	524,7	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250					Сборник рецептов или ТТК
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100/5					Сборник рецептов или ТТК
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ	180					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	955	32,8	37,8	152,0	971,3	
Всего за день:		55,5	56,3	261,3	1 496,0	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"

А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

7 Вариант 25.06.2024

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептов или ТТК
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ	1шт					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	569	21,2	18,4	77,4	478,3	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ (перловая)	250					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	31,1	32,3	133,3	1 017,7	
Всего за день:		52,3	50,7	210,7	1 496,0	

Абрамов *И.И.*

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И. Горшкова"
03.06.2024
А.В.Абрамов

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

8 Вариант 26.06.2024

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ)	250/50					Сборник рецептур или ТТК
	200					Сборник рецептур или ТТК
	150					Сборник рецептур или ТТК
	50					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	700	26,2	22,9	96,5	617,9	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
СУП С КРУПНОЙ (рисовая)	250					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100					Сборник рецептур или ТТК
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) с маслом	200					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	970	28,1	30,8	143,4	951,4	
Всего за день:		54,3	53,7	239,9	1 569,3	

Директор М.А.

Утверждено:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 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 27.06.2024

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	250					Сборник рецептов или ТТК
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40/30					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	550	20,9	16,0	106,9	521,9	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептов или ТТК
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	870	33,4	41,7	151,5	1 114,1	
Всего за день:		54,3	57,7	258,4	1 636,0	

А.В.Абрамов

Утверждаю:
Директор ГКОУ "Урюпинская кадетская школа имени
генерал-лейтенанта С.И.Горшкова"
А.В.Абрамов
03.06.2024

Примерное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 2-х разовом питании

10 Вариант 28.06.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порция	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	250					Сборник рецептур или ТТК
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ:	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	640	18,0	17,9	90,1	451,4	
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептур или ТТК
КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	100					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) с маслом	180					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	950	38,1	39,7	147,0	1 044,6	
Всего за день:		56,1	57,6	237,1	1 496,0	

А.В.Абрамов