



**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**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	200	9,2	14,4	38,7	315,0	ТТК №102
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	штг	7,89	7,14	0,44	97,47	337
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
<b>Итого за прием пищи:</b>	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
	<b>514</b>	<b>21,0</b>	<b>21,8</b>	<b>78,4</b>	<b>585,3</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1						
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №1
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФАРШЕМ ИЗ ГОВЯДИНЫ ТТК №430	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	150	15,7	14,3	34,1	308,9	ТТК №430
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
<b>Всего за день:</b>	<b>700</b>	<b>29,5</b>	<b>23,8</b>	<b>128,0</b>	<b>789,6</b>	
<b>Зав. производством</b>		<b>50,5</b>	<b>47,8</b>	<b>206,4</b>	<b>1 422,8</b>	