



Утверждаю



Директор МОУ СШ №75  
О.Н. Беломыслова

Ежедневное 16-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
в период каникул в 2-х разовом питании  
3 Вариант

5 июля 2024

| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80         |              |                  |         |             |                               |             |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 250          | 12,6             | 28,8    | 33,5        | 357,3                         | ТТК №80     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241                          | 90           | 4,3              | 6,0     | 34,7        | 207,2                         | ТТК №387    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №241    |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | 590          | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК №6      |
| <b>Обед</b>   |              |                  |         |             |                               |             |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                               |              |                  |         |             |                               |             |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46                     | 100          | 1,3              | 3,1     | 7,0         | 59,0                          | ТТК №326    |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66               | 250          | 2,4              | 5,3     | 15,8        | 121,0                         | ТТК №46     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52                         | 200          | 19,0             | 26,0    | 19,5        | 432,2                         | ТТК №66     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 200          | 0,1              | 0,1     | 14,2        | 59,2                          | ТТК №52     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ  | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7      |
| <b>Всего за день:</b>                                   | 870          | 31,2             | 35,4    | 110,3       | 927,9                         |             |
| Зав. производством                                      |              | 54,5             | 70,4    | 231,7       | 1 665,2                       |             |

ООО «Виво-Маркет»  
ИНН 3461061226  
Столовая в МОУ СШ №75  
КРА ул Пролетарская, 9