



Утверждаю  
*Директор МОУ СОШ №75*  
*В. Н. Давыдов*

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

*18 июня 2024*

1 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 МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	200	11,0	18,4	38,8	315,0	ТТК №82
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	1шт	7,89	7,14	0,44	97,47	337
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>519</b>	<b>4,1</b>	<b>0,3</b>	<b>26,8</b>	<b>126,4</b>	<b>ТТК № 6</b>
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543						
СУП С БОБОВЫМИ ТТК №43 (ГОРОХ)	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116	200	6,1	4,6	16,0	130,4	ТТК №43
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	150	16,7	13,7	39,4	286,9	ТТК №116
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>40</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>16,5</b>	<b>79,2</b>	<b>ТТК № 7</b>
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ТТК №50						
ПЮШКА МОСКОВСКАЯ	200	0,6	0,2	18,7	89,0	ТТК №50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>7,84</b>	<b>10,09</b>	<b>56,40</b>	<b>348,11</b>	<b>ТТК №41</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>300</b>	<b>8,4</b>	<b>10,3</b>	<b>75,1</b>	<b>437,1</b>	
Зав. производством		62,0	60,8	277,9	1 810,0	

ООО «Вино-Маркет»  
ИНН 3461061226  
г. Волгоград, ул. Мухоморова, 9