



Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагере с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
в период каникул при 3-х разовом питании

2 Вариант

Прислать, наименование блюда

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯКАЯ ОВсяная с маслом ТТК №101	250	17,8	23,5	45,5	430,5 ТТК №101
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4 ТТК №338
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00 ТТК №302
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/20	4,0	1,0	22,8	140,9 ТТК №127
Итого за прием пищи:	660	22,55	25,10	97,60	697,80

Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,5	0,1	8,5	40,7 ТТК №1
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	250	2,0	4,3	10,0	88,0 ТТК №47
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77	100	14,4	18,1	20,3	208,4 ТТК №77
Рис отварной с овощами ТТК №180	180	6,5	6,8	40,2	217,2 ТТК №180
СОК/НЕКТАР в ассортименте	200	0,6	0,0	32,0	131,9 ТТК №707
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8 ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКАВАННЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7 ТТК №7
Итого за прием пищи:	950	33,40	30,15	164,80	942,70

Подник					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ с творогом с соусом молочным (сливки) ТТК №100	200	11,10	14,40	72,00	463,70 ТТК №100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (кефир) №386	200	5,8	5,0	8,0	106,0 ТТК №386
Итого за прием пищи:	400	16,90	19,40	80,00	569,70
Всего за вариант:		72,85	74,65	342,40	2 210,20

Зам. производством Сегурова О.В.

Утверждаю
Директор
И.И. Сегурова
17.06.2015
Инн 5406015815
Кпп 5406015815
№ 4



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

Утверждено
Министром
Заместителем
Министра
Министерства
Здравоохранения
Республики Беларусь
17.06.2025
104

Присем пиши, 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	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 присем пиши:	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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за присем пиши:	790	27,7	26,2	137,7	800,9	
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) 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 присем пиши:	350	14,10	15,80	62,00	453,80	
Всего за вариант:		60,80	62,36	288,20	1 861,00	

Зав. производством

Суровикова О.В.