

Ежедневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений



28.10.25



2 день

| Сборник рецептур     |     | № рецептур                                    | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-----|-----------------------------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |     | ы                                             |                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| 2 день               |     |                                               |                                |              |                  |         |             |                               |
| Завтрак              |     |                                               |                                |              |                  |         |             |                               |
| 2004                 | 302 | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101 | 250                            | 9,3          | 7,1              | 41,8    | 267,1       |                               |
| 2011                 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                   | 150                            | 0,6          | 0,6              | 14,3    | 68,4        |                               |
| 2011                 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ №378                            | 200                            | 1,7          | 1,3              | 17,3    | 86,7        |                               |
|                      | 6   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40                             | 3,0          | 0,2              | 19,5    | 91,9        |                               |
| Итого за прием пищи: |     |                                               |                                | 14,6         | 9,2              | 92,9    | 514,1       |                               |
| Обед                 |     |                                               |                                |              |                  |         |             |                               |
| 2017                 | 71  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                | 100                            | 1,0          | 0,2              | 2,9     | 22,0        |                               |
| 2011                 | 103 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №103           | 250                            | 2,4          | 4,2              | 15,3    | 109,1       |                               |
| 2004                 | 488 | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТК №488     | 200                            | 0,4          | 3,9              | 1,7     | 43,0        |                               |
| 2011                 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ №392                            | 200                            | 0,1          | 0,0              | 10,8    | 43,3        |                               |
|                      | 6   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 60                             | 4,5          | 0,4              | 29,2    | 137,8       |                               |
|                      | 7   | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                               | 60                             | 3,9          | 0,5              | 24,6    | 118,7       |                               |
| Итого за прием пищи: |     |                                               |                                | 12,3         | 9,2              | 84,5    | 473,9       |                               |
| Всего за день:       |     |                                               |                                | 26,9         | 18,4             | 177,4   | 988,0       |                               |