

Примерное 5-ти дневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений

ООО "СОЮЗ-К"  
Утверждаю:

01.04.2026г.

Согласовано:

*директор школы*

3 день

Сборник рецептур	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2004	302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТК №302	200	6,6	3,6	36,9	205,8
2004	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/30	3,1	0,2	38,4	164,7
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:				12,0	4,0	100,7	482,7
<b>Обед</b>							
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	60	0,6	0,1	1,6	13,2
2004	149	СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТК №149	200	1,4	3,6	13,2	90,4
	307К/363К	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ с соусом томатным ТТК №307К/363К	90/30	11,3	11,3	14,1	205,6
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	150	5,5	4,3	34,0	166,8
2004	631	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200	0,2	0,2	34,5	60,8
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	7	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:				24,5	20,1	113,6	737,9
Всего за день:				36,5	24,1	214,3	1 220,6

