

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 для обеспечения горячим питанием  
 в лагерях  
 в период пребывания детей в период каникул

04.06.2026г

Утверждаю  
 Директор  
 Капенкин А.В.



Согласовано  
 [Подпись] Менделеев А.И.

**4 день**  
**7-11 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША вязкая молочная яичневая с маслом ТТК №64	200	12,2	10,8	33,4	279,60	ТТК №64
БУТЕРБРОД с маслом №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
ЧАЙ с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ХЛЕБ пшеничный ТТК № 6	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>18,6</b>	<b>20,7</b>	<b>86,8</b>	<b>586,8</b>	
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА с маслом ТТК №543	60	0,8	3,6	5,0	55,2	ТТК №543
БОРЩ с капустой и картофелем ТТК №38	200	4,72	6,82	22,74	132,1	ТТК №38
ГРЕЧКА по-купечески с курочкой ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ пшеничный ТТК № 6	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ пеклеваный ТТК № 7	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>25,4</b>	<b>24,3</b>	<b>109,7</b>	<b>716,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>46,9</b>	<b>45,0</b>	<b>196,5</b>	<b>1 428,7</b>	

**12-18 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША вязкая молочная яичневая с маслом ТТК №64	250	15,3	13,5	41,8	349,50	ТТК №64
БУТЕРБРОД с маслом №1/2011	40/10	3,15	9,70	18,90	157,3	1/2011
ЧАЙ с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ХЛЕБ пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,6</b>	<b>23,4</b>	<b>95,2</b>	<b>656,7</b>	
<b>Обед</b>						
СВЕКЛА с маслом ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543
БОРЩ с капустой и картофелем ТТК №38	250	5,9	7,9	28,425	165,125	ТТК №38
ГРЕЧКА по-купечески с курочкой ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
ХЛЕБ пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>840</b>	<b>27,2</b>	<b>27,7</b>	<b>118,7</b>	<b>786,7</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>46,9</b>	<b>51,1</b>	<b>213,9</b>	<b>1 428,7</b>	