

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
 для обеспечения горячим питанием
 в лагерях
 с дневным пребыванием детей в период каникул

Утверждаю
 Директор



9 день

19.06.2016г.

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША вязкая молочная ячневая 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 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 |
| Итого за прием пищи: | 500 | 19,2 | 20,8 | 91,6 | 609,7 | |
| Обед | | | | | | |
| СУП с крупой (рисовая) ТТК №44 | 200 | 3,8 | 4,2 | 13,2 | 97,6 | ТТК №44 |
| КОТЛЕТА из говядины рубленая с белокочанной капустой с соусом томатным ТТК №29 | 90/30 | 11 | 12,31 | 22,6 | 234,26 | ТТК №29 |
| КАША перловая ТТК №46 | 150 | 3,80 | 4,00 | 26,90 | 142,80 | ТТК №46 |
| КОМПОТ из свежих плодов ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| ХЛЕБ пшеничный ТТК № 6 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ пеклеванный ТТК № 7 | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 640 | 24,9 | 21,3 | 117,7 | 727,9 | |
| Всего за день: | | 46,6 | 42,1 | 209,3 | 1 337,6 | |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША вязкая молочная ячневая 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 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 |
| Итого за прием пищи: | 500 | 22,3 | 23,5 | 100,0 | 679,6 | |
| Обед | | | | | | |
| СУП с крупой (рисовая) ТТК №44 | 250 | 4,8 | 5,3 | 16,5 | 122,0 | ТТК №44 |
| КОТЛЕТА из говядины рубленая с белокочанной капустой с соусом томатным ТТК №29 | 100/30 | 12,2 | 13,7 | 25,1 | 260,3 | ТТК №29 |
| КАША перловая ТТК №46 | 180 | 4,89 | 2,40 | 32,28 | 171,36 | ТТК №46 |
| КОМПОТ из свежих плодов ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| 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 прием пищи: | 850 | 28,2 | 22,1 | 128,9 | 806,8 | |
| Всего за день: | | 46,6 | 45,6 | 228,8 | 1 486,4 | |