

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

Утверждаю  
Директор

**3 день**

**7-11 ЛЕТ**

17.06.2020



Согласовано  
Директор  
Вружова А.М.

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША вязкая молочная КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ ТТК №63 | 200          | 7,80             | 9,20    | 30,20       | 225,80                        | ТТК №63      |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380                       | 35/10/5      | 6,70             | 6,10    | 17,10       | 149,85                        | ТТК №380     |
| 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          | 18,4             | 15,6    | 86,6        | 548,5                         |              |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |              |
| ПОМИДОР свежий ТТК №25                           | 60           | 0,4              | 0       | 0,84        | 5,04                          | ТТК №25      |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41              | 200          | 5,12             | 5,6     | 19,3        | 148                           | ТТК №41      |
| ПТИЦА, тушенная в соусе с ОВОЩАМИ ТТК №66        | 150          | 16,6             | 19,6    | 14,6        | 324,2                         | ТТК №66      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52                  | 200          | 0,1              | 0,1     | 14,2        | 59,2                          | ТТК №52      |
| ХЛЕБ пшеничный ТТК №6                            | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ пеклеванный ТТК №7                          | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                             | 730          | 30,6             | 26,2    | 102,7       | 792,9                         |              |
| Всего за день:                                   |              | 46,6             | 41,8    | 202,7       | 1 422,8                       |              |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|
|                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |
| Завтрак                                          |              |                  |         |             |                               |              |
| КАША вязкая молочная КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ ТТК №63 | 250          | 9,75             | 11,50   | 37,75       | 282,25                        | ТТК №63      |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380                       | 35/10/5      | 6,70             | 6,10    | 17,10       | 149,85                        | ТТК №380     |
| 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:                             | 550          | 20,3             | 17,9    | 94,2        | 504,9                         |              |
| Обед                                             |              |                  |         |             |                               |              |
| ПОМИДОР свежий ТТК №25                           | 100          | 0,7              | 0       | 1,4         | 8,4                           | ТТК №25      |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41              | 250          | 6,4              | 7       | 24,125      | 185                           | ТТК №41      |
| ПТИЦА, тушеная в соусе с ОВОЩАМИ ТТК №66         | 200          | 19,0             | 26,0    | 19,5        | 432,2                         | ТТК №66      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52                  | 200          | 0,1              | 0,1     | 14,2        | 59,2                          | ТТК №52      |
| ХЛЕБ пшеничный                                   | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         | ТТК №6       |
| ХЛЕБ пек. лебанный                               | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         | ТТК №7       |
| Итого за прием пищи:                             | 870          | 34,6             | 34,0    | 113,0       | 941,3                         |              |
| Всего за день:                                   |              | 46,6             | 51,9    | 202,7       | 1 422,8                       |              |

Начальник лагеря: *Г.Ф. Дрозкина* Е.Ф.  
Втор: *И.А. Морозов* И.А.