

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



4 день
7-11 ЛЕТ

18.06.2026

Вукова А.М.

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 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
Итого за прием пищи:	500	18,6	20,7	86,8	586,8	
Обед						
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-КУРЬЕСКИ с КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ с САХАРОМ 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 пеклебанный ТТК №7	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	750	25,4	24,3	109,7	716,9	
Всего за день:		46,9	45,0	196,5	1 428,7	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
		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 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
Итого за прием пищи:	550	21,6	23,4	95,2	656,7	
Обед						
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-КУРЬЕСКИ с КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ с САХАРОМ 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 ПЕКЛЕБАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	840	27,2	27,7	118,7	786,7	
Всего за день:		46,9	51,1	213,9	1 428,7	

начальник лагеря: *И.В. Дроздова С.В.*
Второй: *И.В. Дроздова С.В.*