



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



**9 день**

04.06.2016

**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 БЕЛОКОЧАНОЙ 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 ГОЛЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ с БЕЛОКОЧАНОЙ 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                       |             |