

Директор МОУ Гимназия №8  
 А.В. Жилищев  
 3.06.26



Ежедневное 10-ти дневное меню  
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет  
 в период каникул при 2-х разовом питании

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80         | 250          | 20,4             | 28,8         | 33,5          | 357,3                         | ТТК №80     |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90           | 4,3              | 6,0          | 34,7          | 207,2                         | ТТК №387    |
| 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      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>590</b>   | <b>28,60</b>     | <b>35,05</b> | <b>107,50</b> | <b>737,30</b>                 |             |
| <b>Обед</b>   |              |                  |              |               |                               |             |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                               | 100          | 1,3              | 3,1          | 7,0           | 59,0                          | ТТК №326    |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46                     | 250          | 2,4              | 5,3          | 15,8          | 121,0                         | ТТК №46     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468             | 200          | 21,9             | 25,3         | 40,1          | 505,7                         | ТТК №468    |
| 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ  | 60           | 3,9              | 0,5          | 24,6          | 118,7                         | ТТК №7      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>870</b>   | <b>34,08</b>     | <b>34,65</b> | <b>130,85</b> | <b>1 001,40</b>               |             |
| <b>Всего за вариант:</b>                                |              | <b>62,68</b>     | <b>69,70</b> | <b>238,35</b> | <b>1 738,70</b>               |             |

Зав. производством Семикова В.А.

ООО «Виво Маркет»  
 ИНН 3461061226  
 Столовая МОУ Гимназия №8  
 КРА ул. Удмуртская, 18