

10.06.2026

Утверждаю:



Согласовано:



Ежедневное 10-ти дневное меню  
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
в период каникул при 2-х разовом питании

8 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 РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	200	9,2	14,4	38,7	315,0	ТТК №102
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27	60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК № 6	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>15,5</b>	<b>19,1</b>	<b>103,2</b>	<b>643,8</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №28
СУП ГОРОХОВЫЙ ТТК №39	200	5,97	7	24,34	196,6	ТТК №39
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК № 6	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК № 7	20	1,3	0,2	8,3	39,6	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>24,9</b>	<b>23,8</b>	<b>98,6</b>	<b>690,1</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>40,4</b>	<b>47,8</b>	<b>201,8</b>	<b>1 422,8</b>	

Утверждаю:



Согласовано:



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

8 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 РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	250	11,5	18,0	48,4	393,8	ТТК №102
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27	60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>17,8</b>	<b>22,7</b>	<b>112,9</b>	<b>722,6</b>	
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	100	0,8	0,2	1,7	13	ТТК №28
СУП ГОРОХОВЫЙ ТТК №39	250	7,46	8,75	30,43	245,75	ТТК №39
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,3	39,6	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>26,3</b>	<b>23,8</b>	<b>101,3</b>	<b>727,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>44,1</b>	<b>47,8</b>	<b>214,2</b>	<b>1 422,8</b>	