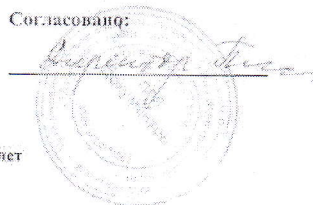




Утверждаю:

03.06.2026г.

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

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		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 №389	35/10/5	6,70	6,10	17,10	149,85	ТТК №389
ЧАЙ с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ пшеничный	59	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	590	18,4	15,6	86,6	548,5	
Обед						
ПОМИДОР свежий ТТК №25	100	0,7	0	1,4	8,4	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	10,6	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	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
ХЛЕБ пеклеванный	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	770	30,9	26,2	103,3	796,3	
Всего за день:		46,6	41,8	202,7	1 422,8	

отв. за питание: *Ал. Аржанова*

повар: *Алекс. Семенов*