„Согласовано"
Директор МОУ гимназии № 2
Т. Н. Кузьмина

160626

Утверждаю

**Ежедневное 10-ти дневное меню**
**в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет**
**в период каникул при 3-х разовом питании**

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 200 | 14,2 | 18,8 | 36,4 | 339,0 | ТТК №101 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/20 | 4,0 | 1,0 | 22,8 | 140,9 | ТТК №127 |
| **Итого за прием пищи:** | **610** | **19,0** | **20,4** | **88,5** | **606,3** | |
| **Обед** | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | ТТК №1 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,6 | 3,4 | 8,0 | 70,4 | ТТК №47 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ТТК №77 | 90 | 13,0 | 16,3 | 18,3 | 199,2 | ТТК №77 |
| РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ ТТК №180 | 150 | 5,4 | 5,7 | 33,5 | 181,0 | ТТК №180 |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,6 | 0,0 | 32,0 | 131,9 | 707 |
| 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:** | **790** | **27,7** | **26,2** | **137,7** | **800,9** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 150 | 8,30 | 10,80 | 54,00 | 347,80 | ТТК №100 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) №386 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 106,0 | 386 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **14,10** | **15,80** | **62,00** | **453,80** | |
| **Всего за вариант:** | | **60,80** | **62,36** | **288,20** | **1 861,00** | |

Зав. производством _____

ООО «Виво-Маркет»
ИНН 3461061226
Столовая в МОУ Гимназия №2
КРА пр-кт Героев Сталинграда, 43