

Утверждаю: 

**Согласовано:**

U.O. Supremos viceroy *Sup*

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

### 3 Вариант

| 3 Вариант |  | Присм пищи, наименование блюда                   | Масса порция | 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 №380                       | 35/10/5      | 6,70             | 6,10    | 17,10       | 149,85                        | ТТК №380    |
|           |  | 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          | 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          | 16,6             | 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                       |             |