



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием  
в лагерях  
с дневным пребыванием детей в период каникул

Утверждено  
Директор



18.06.2016г.

4 день  
7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                       |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64 | 200          | 12,2             | 10,8    | 33,4        | 279,60                        | ТТК №64     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011                    | 40/10        | 3,15             | 9,70    | 18,90       | 157,3                         | 1/2011      |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                        | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК № 6                        | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6     |
| Итого за прием пищи:                          | 500          | 18,6             | 20,7    | 86,8        | 586,8                         |             |
| Обед                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                      | 60           | 0,8              | 3,6     | 5,0         | 55,2                          | ТТК №543    |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38          | 200          | 4,72             | 6,82    | 22,74       | 132,1                         | ТТК №38     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21        | 200          | 13,50            | 13,20   | 26,21       | 277,64                        | ТТК №21     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241                | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №241    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК № 6                        | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК № 7                      | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| Итого за прием пищи:                          | 750          | 25,4             | 24,3    | 109,7       | 716,9                         |             |
| Всего за день:                                |              | 46,9             | 45,0    | 196,5       | 1 428,7                       |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                       |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ ТТК №64 | 250          | 15,3             | 13,5    | 41,8        | 349,50                        | ТТК №64     |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011                    | 40/10        | 3,15             | 9,70    | 18,90       | 157,3                         | 1/2011      |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                        | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          | ТТК № 6     |
| Итого за прием пищи:                          | 550          | 21,6             | 23,4    | 95,2        | 656,7                         |             |
| Обед                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                      | 100          | 1,4              | 5,9     | 8,3         | 91,9                          | ТТК №543    |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №38          | 250          | 5,9              | 7,9     | 28,425      | 165,125                       | ТТК №38     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21        | 200          | 13,50            | 13,20   | 26,21       | 277,64                        | ТТК №21     |
| 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     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                              | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| Итого за прием пищи:                          | 840          | 27,2             | 27,7    | 118,7       | 786,7                         |             |
| Всего за день:                                |              | 46,9             | 51,1    | 213,9       | 1 428,7                       |             |