



**Ежедневное 10-ти дневное меню
в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 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 МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ ТТК №80 | 250 | 20,4 | 28,8 | 33,5 | 357,3 | ТТК №80 |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90 | 4,3 | 6,0 | 34,7 | 207,2 | ТТК №387 |
| 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: | 590 | 28,60 | 35,05 | 107,50 | 737,30 | |
| Обед | | | | | | |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326 | 100 | 1,3 | 3,1 | 7,0 | 59,0 | ТТК №326 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 250 | 2,4 | 5,3 | 15,8 | 121,0 | ТТК №46 |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468 | 200 | 21,9 | 25,3 | 40,1 | 505,7 | ТТК №468 |
| 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: | 870 | 34,08 | 34,65 | 130,85 | 1 001,40 | |
| Всего за вариант: | | 62,68 | 69,70 | 238,35 | 1 738,70 | |

Зав. производством

ООО «Виво-Маркет»
 ОГРН 2461061226
 Соловья в МОУ СШ №78
 КРА ул Пролетарская, 9