

Утверждаю:

Согласовано:

И.О. Вирейков инженер Служба

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

5 Вариант

5 Вариант		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г				
Завтрак								
			200	11,0	13,4	28,8	279,8	ТТК №82
			60	2,40	4,40	25,20	156,00	ТТК №27
			55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
			200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
		Итого за прием пищи:	515	17,7	18,1	95,8	620,2	
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №28
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43	200	4,72	6,60	13,60	125,60	ТТК №43
		ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	150	11,0	19,5	17,7	286,6	ТТК №48
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
		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:	700	22,9	27,0	91,4	689,8	
		Всего за день:		46,6	45,1	187,2	1 421,8	