



25 июня 2026 г.

Согласовано:



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

9 Вариант

| 9 Вариант                                                    |              |                  |         |             |                               |             |
|--------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
| 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 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          | 19,2             | 20,8    | 91,6        | 609,7                         |             |
| Обед                                                         |              |                  |         |             |                               |             |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) ТТК №44                               | 200          | 3,8              | 4,2     | 13,2        | 97,6                          | ТТК №44     |
| КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ | 90/30        | 11               | 12,31   | 22,6        | 234,26                        | ТТК №29     |
| ТОМАТНЫЙ ТТК №29                                             | 150          | 3,80             | 4,00    | 26,90       | 142,80                        | ТТК №46     |
| КАША ПЕРЛОВАЯ ТТК №46                                        | 200          | 0,1              | 0,1     | 14,2        | 59,2                          | ТТК №52     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52                              | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                             | 640          | 24,9             | 21,3    | 117,7       | 727,9                         |             |
| Итого за прием пищи:                                         |              | 46,6             | 42,1    | 209,3       | 1 337,6                       |             |
| Всего за день:                                               |              |                  |         |             |                               |             |