

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием
в лагерях

с дневным пребыванием детей в период каникул

Меню на 03.06.2026г

3 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 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 ТТК № 6 | 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 | 60 | 0,4 | 0 | 0,84 | 5,04 | 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 ТТК № 6 | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК № 7 | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | ТТК № 7 |
| Итого за прием пищи: | 730 | 30,6 | 26,2 | 102,7 | 792,9 | |
| Всего за день: | | 46,6 | 41,8 | 202,7 | 1 422,8 | |

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 КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ ТТК №63 | 250 | 9,75 | 11,50 | 37,75 | 282,25 | 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: | 550 | 20,3 | 17,9 | 94,2 | 604,9 | |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №25 | 100 | 0,7 | 0 | 1,4 | 8,4 | ТТК №25 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41 | 250 | 6,4 | 7 | 24,125 | 185 | ТТК №41 |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 200 | 19,0 | 26,0 | 19,5 | 432,2 | 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: | 870 | 34,6 | 34,0 | 113,0 | 941,3 | |
| Всего за день: | | 46,6 | 51,9 | 202,7 | 1 422,8 | |