



Копия верна



## МЕНЮ

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений в период каникул при 3-х разовом питании

10 день

«\_\_» 2025г

| Наименование блюд                                       | Масса порции | Белки г      | Жиры г       | Углеводы г    | Энерг. ценность, ккал | № рецептуры | Цена, руб     |
|---------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ - 10</b>                                     |              |              |              |               |                       |             |               |
| <b>Завтрак</b>                                          |              |              |              |               |                       |             |               |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101          | 200          | 14,2         | 18,8         | 36,4          | 339,0                 | ТТК №101    |               |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ ТТК №387 | 90           | 4,3          | 6,00         | 34,70         | 207,2                 | ТТК №387    |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301                        | 200          | 0,3          | 0,0          | 15,2          | 60,0                  | ТТК №301    |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 40           | 3,0          | 0,2          | 19,5          | 91,9                  | ТТК № 6     |               |
| <b>Итого</b>                                            | <b>530</b>   | <b>21,8</b>  | <b>25,0</b>  | <b>105,8</b>  | <b>698,1</b>          |             |               |
| <b>Обед</b>                                             |              |              |              |               |                       |             |               |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543                                | 60           | 0,8          | 3,6          | 5,0           | 55,2                  | ТТК №543    |               |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28                    | 200          | 2,7          | 4,0          | 9,5           | 83,2                  | ТТК №28     |               |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                                   | 150          | 21,8         | 26,5         | 28,0          | 482,0                 | ТТК №67     |               |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53                     | 200          | 0,4          | 0,0          | 20,4          | 84,0                  | ТТК №53     |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 50           | 3,7          | 0,3          | 24,3          | 114,8                 | ТТК № 6     |               |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                         | 40           | 2,5          | 0,4          | 16,5          | 79,2                  | ТТК № 7     |               |
| <b>Итого</b>                                            | <b>700</b>   | <b>31,9</b>  | <b>34,8</b>  | <b>103,7</b>  | <b>898,4</b>          |             |               |
| <b>Полдник</b>                                          |              |              |              |               |                       |             |               |
| МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ТТК №155                   | 150          | 7,8          | 10,7         | 48,7          | 334,0                 | ТТК №155    |               |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54                                | 200          | 0,1          | 0,0          | 16,7          | 69,5                  | ТТК №54     |               |
| <b>Итого:</b>                                           | <b>350</b>   | <b>7,9</b>   | <b>10,7</b>  | <b>48,7</b>   | <b>334,0</b>          |             |               |
| <b>Всего:</b>                                           |              | <b>61,66</b> | <b>70,45</b> | <b>258,18</b> | <b>1930,45</b>        |             | <b>232,66</b> |

Начальник лагеря:

Зав. производством:

Экономист по ценам: