



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием  
в лагерях  
с дневным пребыванием детей в период каникул



**6 день**

**7-11 ЛЕТ**

08.06.26

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МСЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 200          | 10,9             | 14,8    | 36,4        | 339,0                         | ТТК №101    |
| БУТЕРБРСД 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          | 21,5             | 21,2    | 92,8        | 661,7                         |             |
| Обед                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28                          | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          | ТТК №28     |
| СУП С МАКАРОНЫМИ 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                         | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК № 7                       | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| Итого за прием пищи:                           | 700          | 28,9             | 26,1    | 94,0        | 749,8                         |             |
| Всего за день:                                 |              | 46,6             | 47,3    | 202,8       | 1 421,9                       |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 250          | 13,6             | 18,5    | 45,5        | 423,8                         | ТТК №101    |
| 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          | 24,2             | 24,9    | 101,9       | 746,4                         |             |
| Обед                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28                          | 100          | 0,8              | 0,2     | 1,7         | 13                            | ТТК №28     |
| 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                                 | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| Итого за прием пищи:                           | 840          | 32,5             | 34,0    | 100,3       | 483,4                         |             |
| Всего за день:                                 |              | 46,6             | 58,9    | 202,8       | 1 421,9                       |             |