

Ежедневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет  
на базе муниципальных образовательных учреждений

ООО "СОЮЗ"

Утверждаю:

Согласовано:

5 день

| Сборник рецептур     | № рецептур | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|------------|-----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |            |                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |            |                                               |              |                  |         |             |                               |
|                      | 181        | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ ТТК №181 | 200          | 5,5              | 3,4     | 32,4        | 181,8                         |
| 2004                 | 337        | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                     | 1            | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                          |
|                      | 6          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         |
| 2011                 | 378        | ЧАЙ С МОЛОКОМ №378                            | 200          | 1,7              | 1,3     | 17,3        | 86,7                          |
| Итого за прием пищи: |            |                                               |              | 16,4             | 10,0    | 74,3        | 451,9                         |
| Обед                 |            |                                               |              |                  |         |             |                               |
| 2017                 | 71         | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                | 60           | 0,6              | 0,1     | 1,8         | 13,2                          |
| 2011                 | 119        | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ТК №119 (ГОРОХ)   | 200          | 5,8              | 3,9     | 14,9        | 117,8                         |
|                      | 289        | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №289                        | 150          | 11,2             | 10,3    | 16,8        | 206,3                         |
| 2011                 | 392        | ЧАЙ С САХАРОМ №392                            | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                          |
|                      | 6          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         |
|                      | 7          | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                               | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          |
| Итого за прием пищи: |            |                                               |              | 23,9             | 15,0    | 85,1        | 574,6                         |
| Всего за день:       |            |                                               |              | 40,3             | 25,0    | 159,4       | 1 026,5                       |