



Директор



Согласовано

М.В. Араимова

**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник)
для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в летнем городском лагере
дневного пребывания**

" 25 " июня 2025 г

3 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	4,20	6,60	26,30	192,80
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 1	1/16	НЕКТАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,90	0,10	9,50	45,00
Итого за прием пищи:			510	16,80	16,90	73,70	530,40
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,10	6,50	8,40	118,00
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	240	16,80	16,00	37,70	325,50
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ПЛОДОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ, ВЫРАБАТЫВАЕМЫЕ ПРОМЫШЛЕННОСТЬЮ, НАТУРАЛЬНЫЕ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			840	29,00	29,40	136,30	906,50
Полдник							
2008	428	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОРЕХАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ	110	3,50	11,90	11,90	172,00
2016	420	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	108,00
Итого за прием пищи:			310	9,30	16,90	20,30	280,00
Всего за день:				55,10	63,20	230,30	1 716,90

Зав.производством:

Иванов Иван Иванович

Калькулятор: