



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

" 19 " мая 2025 г

4 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/30	21,80	19,60	56,90	437,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			555	27,70	23,90	90,90	640,10
Обед							
2016	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,80	5,20	7,50	81,90
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,30	4,40	12,30	99,40
2017	260	ГУЛЯШ	120	11,60	24,50	3,00	209,30
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	184,20
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
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,10	20,50	85,50
Итого за прием пищи:			850	27,50	40,90	120,70	900,10
Полдник							
2022	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	10/20	1,60	0,60	16,60	77,60
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	5,00	9,60	108,00
ТТК № 1	1/9	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за прием пищи:			330	9,10	6,10	47,20	281,60
Всего за день:				64,30	70,90	258,80	1 821,80

Зав.производством:

Калькулятор:

Вирометика Тё