


 Директор *Ирина* 45
В. Артемкина

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

" 30 " июля 2025 г

6 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,50	5,20	19,10	146,70
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	10/5/20	1,60	4,70	16,60	115,00
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	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	
Итого за прием пищи:			535	15,50	16,70	74,60	
Обед							
ТТК № 14	14/1	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,40	9,00	6,00	138,20
2016	88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ	200	4,40	2,70	14,40	99,80
2008	308	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	16,20	18,70	19,10	323,40
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 (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:			840	33,90	32,40	108,70	890,20
Полдник							
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	8,00	11,10	23,60	235,40
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,10	0,10	9,60	39,80
ТТК № 1	1/16	НЕКТАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,90	0,10	9,50	45,00
Итого за прием пищи:			430	9,00	11,30	42,70	320,20
Всего за день:				58,40	60,40	226,60	1 736,70

Зав.производством:

Калькулятор:

Мирошникова Т. Е.