


 "Согласовано"
 Директор ГБОУ: Михаил Клебуков
М. В. Дроздова

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

" 17 " июня 2026 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							
ТТК № 37/4	37/4	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	170	4,42	6,63	20,91	160,99
ТТК № 15/4	15/4	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,60	8,84	10,70	128,26
ТТК № 10/4	10/4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,08	21,20	106,52
ТТК № 349/4	349/4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,70	1,10	13,59	71,06
ТТК № 29/4	29/4	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	130	3,60	3,30	14,30	70,20
Итого за прием пищи:			570	14,32	20,95	80,70	537,03
Обед							
ТТК № 381/4	381/4	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ	100	3,42	8,02	5,82	109,14
ТТК № 12/4	12/4	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,18	6,69	10,85	119,34
ТТК № 59/4	59/4	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	11,76	10,00	8,78	172,12
ТТК № 127/4	127/4	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,16	4,65	20,89	134,08
ТТК № 89/4	89/4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,90	0,66	27,78	132,66
ТТК № 10/4	10/4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,62	31,80	159,78
ТТК № 128/4	128/4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,70	0,00	18,49	76,76
Итого за прием пищи:			850	29,62	31,64	124,41	903,88
Полдник							
ТТК № 460/4	460/4	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	80	5,20	6,40	44,64	231,44
ТТК № 113/4	113/4/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00
ТТК № 1/4	1/4/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			380	6,60	6,70	80,34	388,44
Всего за день:				50,54	59,29	285,45	1 829,35

Зав.производством:

Калькулятор: