

"Согласовано"
 Директор ГБОУ Лицей №415
М. В. Фролова

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

" 22 " июль 2026 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							
ТТК № 37/4	37/4	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	170	4,42	6,63	20,91	160,99
ТТК № 347/4	347/4	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ, МАСЛОМ	15/5/20	1,63	4,69	21,15	133,06
ТТК № 10/4	10/4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,08	21,20	106,52
ТТК № 97/4	97/4	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,50	2,30	13,14	83,26
ТТК № 1/4	1/4/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			530	11,95	15,00	86,70	530,83
Обед							
ТТК № 14/4	14/4	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,43	8,76	5,90	124,19
ТТК № 84/4/1	84/4/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	4,87	4,04	14,33	113,12
ТТК № 378/4	378/4	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	10,82	18,10	22,51	296,21
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	40	3,00	1,08	21,20	106,52
ТТК № 113/4	113/4/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00
Итого за прием пищи:			840	29,02	32,64	117,12	882,70
Полдник							
ТТК № 135/4	135/4	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,52	10,43	23,66	228,59
ТТК № 90/4	90/4	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,26	0,05	9,87	40,97
ТТК № 38/4	38/4	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,00
Итого за прием пищи:			545	12,58	15,48	41,53	369,56
Всего за день:				53,55	63,12	245,35	1 783,09

Зав.производством:

Калькулятор: