

Утверждено

Согласовано

Директор ТКОУ «Волтская школа №2»
В.М.М. Рудкин С.В.



**Ежедневное 10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 в период каникул при 2-х разовом питании**

17/06/2024

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТТК №82	200	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337
ЧАЙ С САХАРОМ №392	200	0,1	0,0	10,8	43,3	392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК №6
Итого за прием пищи:	519	19,7	17,0	72,1	434,3	
Обед						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ ТТК №63	90/5	10,0	13,3	11,3	199,2	ТТК №63
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ ТТК №131	180	9,2	17,9	47,3	284,5	ТТК №131
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7
Итого за прием пищи:	815	27,2	28,5	128,1	859,2	
Всего за день:		46,9	45,5	200,2	1 293,5	