



Согласовано
Директор

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

" 04 " июня 2024 г

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день							
Завтрак							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/30	21,80	19,60	56,90	437,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			520	25,40	21,10	94,80	620,70
Обед							
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	6,10	9,60	4,70	128,40
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,70	4,80	6,20	98,70
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	15,60	12,00	20,50	272,50
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,60	3,70	14,60	93,80
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
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	13,90	56,90
Итого за прием пищи:			850	35,00	32,00	108,90	890,10
Полдник							
2008	473	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	100	6,50	8,00	55,80	289,30
2016	420	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00
Итого за прием пищи:			300	12,30	13,00	63,80	395,30
Всего за день:				72,70	66,10	267,50	1 906,10

Зав.производством:

Калькулятор: