



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

" 11 " июня 2024 г

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2 день							
Завтрак							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,80	8,30	29,90	216,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			570	14,80	14,90	80,00	524,90
Обед							
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,70	0,10	1,90	12,00
2016	87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	200	2,40	4,30	13,20	118,70
2017	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	15,40	14,00	12,70	252,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,80	32,40	188,30
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
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,10	0,10	9,60	40,40
Итого за прием пищи:			850	30,90	25,10	118,80	851,20
Полдник							
2021	580	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00
ТТК	1	СЛИВА СВЕЖАЯ	100	0,80	0,30	9,60	49,00
Итого за прием пищи:			320	2,60	5,90	42,20	243,00
Всего за день:				48,30	45,90	241,00	1 619,10

Зав.производством:

Калькулятор: