

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием  
в лагерях

с дневным пребыванием детей в период каникул

**Меню на 21.08.2026**

**5 день**

**7-11 ЛЕТ**



| 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          | 11,0             | 13,4    | 28,8        | 279,8                         | ТТК №82     |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27                 | 60           | 2,40             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | ТТК №27     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК № 6                       | 55           | 4,1              | 0,3     | 26,8        | 126,4                         | ТТК № 6     |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                       | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| Итого за прием пищи:                         | 515          | 17,7             | 18,1    | 95,8        | 620,2                         |             |
| Обед                                         |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28                        | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          | ТТК №28     |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43             | 200          | 4,72             | 6,60    | 13,60       | 125,60                        | ТТК №43     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48                 | 150          | 11,0             | 19,5    | 17,7        | 286,6                         | ТТК №48     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52              | 200          | 0,1              | 0,1     | 14,2        | 59,2                          | ТТК №52     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК № 6                       | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК № 7                     | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| Итого за прием пищи:                         | 700          | 22,9             | 27,0    | 91,4        | 689,8                         |             |
| Всего за день:                               |              | 46,6             | 45,1    | 187,2       | 1 421,8                       |             |

**12-18 ЛЕТ**

| 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 | 250          | 13,8             | 16,8    | 36,0        | 349,8                         | ТТК №82     |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №27                 | 60           | 2,40             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | ТТК №27     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 55           | 4,1              | 0,3     | 26,8        | 126,4                         | ТТК № 6     |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                       | 200          | 0,2              | 0,0     | 15,0        | 58,0                          | ТТК №302    |
| Итого за прием пищи:                         | 565          | 20,5             | 21,5    | 103,0       | 690,2                         |             |
| Обед                                         |              |                  |         |             |                               |             |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28                        | 100          | 0,8              | 0,2     | 1,7         | 13                            | ТТК №28     |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №43             | 250          | 5,90             | 8,25    | 17,00       | 157,00                        | ТТК №43     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48                 | 200          | 14,4             | 29,8    | 22,9        | 366,9                         | ТТК №48     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52              | 200          | 0,1              | 0,1     | 14,2        | 59,2                          | ТТК №52     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         | ТТК № 6     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                             | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          | ТТК № 7     |
| Итого за прием пищи:                         | 840          | 27,4             | 39,1    | 96,6        | 790,1                         |             |
| Всего за день:                               |              | 46,6             | 60,5    | 199,6       | 1 421,8                       |             |