

Утверждаю:

"14" июня

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 14 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			19	25	73	599	
Каша "Дружба"	200	5,5	6,7	24,5	180	25,01	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,54	
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	4,25	
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	9,20	
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00	
Хлеб пшеничный	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56	
Хлеб ржаной	20	0,4	0,2	8,8	39	1,66	
Обед			29,0	32,6	120,5	891,3	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44	
Суп из овощей с курицей со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	32,20	
Тефтели, запеченные в молочном соусе	100	14,0	14,4	10,5	227	43,15	
Макаронные изделия отварные	180	4,2	5,9	44,2	247	14,43	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	6,48	
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	3,90	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,49	
Полдник			6,6	6,3	75	381	
Кондитерское изделие промышленного производства (Вафли)	35	5,2	5,6	15,0	131	9,91	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20	
Фрукт (Яблоко)	130	0,9	0,7	25,5	112	19,82	
ИТОГО:		55	64	268	1872	233,24	

Мед. Работник

Зав.столовой

Утверждаю:

Л. С.
" 14 " июня

2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 14 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21	30	82	683	
Каша "Дружба"	250	6,9	8,4	28,7	218	30,22
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,31
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	5,15
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	9,20
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,66
Обед		33,7	37,4	130,5	993,3	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44
Суп из овощей с курицей со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	32,20
Тефтели, запеченные в молочном соусе	120	16,8	17,7	12,6	277	50,54
Макаронные изделия отварные	230	6,1	7,4	52,1	299	18,52
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	6,48
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	3,90
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,49
Полдник		10,1	8,6	79	434	
Кондитерское изделие промышленного производства (Вафли)	55	8,7	7,9	19,5	184	15,58
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
Фрукт (Яблоко)	130	0,9	0,7	25,5	112	19,82
ИТОГО:		65	76	292	2110	262,27

Мед. Работник

Зав.столовой

Л. С.