

Утверждаю:

И
"19" июня

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 19 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			14,5	19,3	104,3	648	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26,0	203	22,53	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,54	
Фрукт (Слива)	100	0,5	0,5	27,0	115	16,00	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	14,96	
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	34	111	858	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44	
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	30,82	
Котлета по хлыновски	100	14,1	14,8	12,7	240	55,42	
Капуста тушеная	150	4,6	6,2	14,0	130	17,01	
Сок персиковый	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20	
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			17,3	13,3	50,6	391	
Сырники из творога запеченные, с молоком сгущенным	150/20	17,2	13,3	38,0	341	56,22	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,33	
ИТОГО:			60	66	265	1898	264,08

Мед. Работник _____ *И*

Зав.столовой _____ *Коп*

Утверждаю:

"19" июня

2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного
пребывания
на 19 июня 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,1	24,0	115,4	746	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	9,4	9,6	32,5	254	27,04
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,31
Фрукт (Слива)	100	0,5	0,5	27,0	115	16,00
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	14,96
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		32,3	37,7	115,9	932	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	30,82
Котлета по хлыновски	120	16,9	17,8	15,2	289	66,95
Капуста тушеная	180	5,5	7,4	16,8	156	20,47
Сок персиковый	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
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		19,6	17,7	53,6	452	
Сырники из творога запеченные, с молоком сгущенным	200/30	19,5	17,7	41,0	401	78,16
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	3,23
ИТОГО:		69	79	285	2130	312,19

Мед. Работник

Зав.столовой