

Утверждаю:

"20" июня

2023г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания  
на 20 июня 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>19,1</b>	<b>25,2</b>	<b>79,0</b>	<b>619</b>	
Каша кукурузная жидкая	200	5,5	5,9	27,0	183	23,34
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	24,35
Кисломолочный продукт (Снежок)	200	5,2	6,4	9,0	114	17,00
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,66
<b>Обед</b>		<b>43,9</b>	<b>37,2</b>	<b>95,8</b>	<b>894</b>	
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	9,20
Овощи свежие (Огурцы)	60	0,5	0,1	0,9	6,5	8,06
Уха с крупой	250/100	18,1	10,1	14,0	219	46,32
Курица, в соусе с томатом	100	14,1	15,6	1,8	204	41,53
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	17,21
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
<b>Полдник</b>		<b>7,4</b>	<b>4,4</b>	<b>80</b>	<b>389</b>	
Кондитерское изделие промышленного производства (Печенье "Сахарное")	30	6,0	3,7	20,5	139	7,92
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
Фрукт (Яблоко)	152	0,9	0,7	25,5	112	17,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>70</b>	<b>67</b>	<b>255</b>	<b>1901</b>	<b>256,10</b>

Мед. Работник

Зав.столовой

*Сей*

Утверждаю:

"20" июня

2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 20 июня 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>25,3</b>	<b>30,8</b>	<b>89,7</b>	<b>737</b>	
Каша кукурузная жидкая	250	9,5	10,5	36,5	279	28,03
Бутерброд с маслом с сыром	60	6,5	10,7	11,9	170	28,11
Кисломолочный продукт (Снежок)	200	5,2	6,4	9,0	114	17,00
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,66
<b>Обед</b>		<b>48,2</b>	<b>40,5</b>	<b>97,9</b>	<b>949</b>	
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	9,20
Овощи свежие (Огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,6	13,06
Уха с крупой	250/100	18,1	10,1	14,0	219	46,32
Курица, в соусе с томатом	120	16,9	18,7	1,8	243	54,96
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	18,34
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
<b>Полдник</b>		<b>9,6</b>	<b>5,1</b>	<b>88</b>	<b>434</b>	
Кондитерское изделие промышленного производства (Печенье "Сахарное")	50	8,2	4,4	28,0	184	13,20
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
Фрукт (Яблоко)	152	0,9	0,7	25,5	112	17,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>83</b>	<b>76</b>	<b>275</b>	<b>2120</b>	<b>289,39</b>

Мед. Работник

Зав.столовой

  
