

Утверждаю:

Л
" 21 " июня

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 21 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,1	15,8	98,9	609	
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	22,64
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	14,37
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	11,29
Фрукт (Апельсин)	218	0,5	0,5	27,0	115	25,00
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		26	31	116	841	
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	14,95
Свекольник с курицей, со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	31,13
Гречка по-купечески	250	15,3	18,4	37,7	378	55,33
Компот из свежих (яблок)	200	0,2	0,0	20,6	83	8,64
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		8,8	7,9	69,8	386,0	
Мучное изделие промышленного производства (Кекс)	75	8,3	7,9	35,8	248	30,00
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138,0	14,20
ИТОГО:		53	54	284	1836	237,16

Мед. Работник

Зав.столовой

Л
Л

Утверждаю:

Lu
"21" июня

2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 21 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,1	18,9	109,2	690,0	
Каша ячневая жидкая	250	9,8	10,7	31,0	260	26,44
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	18,13
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	12,19
Фрукт (Апельсин)	218	0,5	0,5	27,0	115	25,00
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		29	37	119	923	
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	14,95
Свекольник с курицей , со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	31,13
Гречка по-купечески	300	18,4	24,5	41,2	459	68,61
Компот из свежих (яблок)	200	0,2	0,0	20,6	83	8,64
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		9,6	9,2	84,7	460,0	
Мучное изделие промышленного производства (кекс)	75	9,1	9,2	50,7	322	30,00
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138,0	14,20
ИТОГО:		60	65	313	2073	258,90

Мед. Работник _____

Зав.столовой _____

Ref