

Утверждаю:

"22" июня

2023г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания  
на 22 июня 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>12,8</b>	<b>16,5</b>	<b>117,5</b>	<b>670</b>	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	9,2	8,5	45,8	297	20,47
Бутерброд с маслом	20\10	1,8	7,1	9,9	111	11,54
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	4,25
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Фрукт (Яблоко)	152	1,3	0,7	37,5	162	17,00
<b>Обед</b>		<b>27</b>	<b>32</b>	<b>105</b>	<b>817</b>	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	16,74
Суп картофельный с крупой с курицей	250/15	7,7	5,9	21,1	168	24,92
Котлета рыбная натуральная, запеченная, с маслом	100/5	13,9	16,3	7,6	233	38,73
Овощи припущенные	150	2,2	3,9	20,3	124	15,22
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	11,92
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>14</b>	<b>15</b>	<b>35</b>	<b>334</b>	
Мучное изделие промышленного производства (Пряник)	35	8,0	8,7	15,7	173	7,91
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,33
<b>ИТОГО:</b>		<b>54</b>	<b>64</b>	<b>258</b>	<b>1821</b>	<b>198,98</b>

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Зав.столовой \_\_\_\_\_

Утверждаю:

"22" июня

2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 22 июня 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>16,5</b>	<b>23,3</b>	<b>125,2</b>	<b>777</b>	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	220	12,2	12,5	48,9	357	26,40
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,31
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62	5,15
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Фрукт (Яблоко)	152	1,3	0,7	37,5	162	17,00
<b>Обед</b>		<b>30</b>	<b>36</b>	<b>119</b>	<b>921</b>	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	16,74
Суп картофельный с крупой с курицей	250/15	7,7	5,9	21,1	168	24,92
Котлета рыбная натуральная, запеченная, с маслом	120/5	15,5	19,7	9,2	276	45,57
Овощи припущенные	180	2,6	4,7	24,4	150	18,12
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	14,72
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>15</b>	<b>19</b>	<b>45</b>	<b>413</b>	
Мучное изделие промышленного производства (Пряник)	50	9,1	12,7	25,2	252	11,30
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	3,23
<b>ИТОГО:</b>		<b>61</b>	<b>79</b>	<b>289</b>	<b>2111</b>	<b>228,41</b>

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Зав.столовой \_\_\_\_\_