

Утверждаю:

"5" июня

2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 5 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		39,5	36,7	53,4	701,5	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	33,69
Овощи на поджаривание						
Кукуруза консервированная	100	1,5	0,3	6,8	36	27,86
Бутерброд с маслом с сыром	70	11,2	12,7	11,9	207	35,63
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,66
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Обед		32,9	34,6	124,0	938,9	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	33,55
Суп гороховый с гренками с курицей	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	28,15
Жаркое по - домашнему	300	19,9	22,0	37,0	426	65,75
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		4,2	6,9	87,0	426,9	
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	24,00
Фрукт (Банан)	195	0,7	0,7	25,2	110	25,40
Сок персиковый	200	0,5	0,0	29,0	118	14,20
ИТОГО:		77	78	264	2067	318,20

Мед. Работник

Зав.столовой

Утверждаю:

" 5 " июня

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 5 июня 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		31,1	33,4	45,4	606	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	33,69
Овощи на поджаривание:						
Кукуруза консервированная	100	1,5	0,3	6,8	36	27,86
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	24,35
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,66
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Обед		27,2	28,5	116,9	832,8	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	33,55
Суп гороховый с гречкой с курицей	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	28,15
Жаркое по - домашнему	250	14,2	15,9	29,9	320	54,71
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		3,9	6,6	91,8	442	
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	24,00
Фрукт (Банан)	195	0,4	0,4	25,0	105	25,40
Сок персиковый	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
ИТОГО:		62	68	254	1881	295,88

Мед. Работник

Зав.столовой