

Утверждаю:

*Коптева Д.И.*

" 04 "

07

2023г.

### Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>31,1</b>	<b>33,4</b>	<b>45,4</b>	<b>606</b>	
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	37,86
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	22,54
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<b>Обед</b>		<b>27,2</b>	<b>28,5</b>	<b>116,9</b>	<b>832,8</b>	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	14,95
Суп гороховый с гречками с курицей	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	27,56
Жаркое по - домашнему	250	14,2	15,9	29,9	320	49,01
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	2,34
<b>Полдник</b>		<b>3,9</b>	<b>6,6</b>	<b>91,8</b>	<b>442</b>	
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	18,42
Фрукт (Абрикос)	90	0,4	0,4	25,0	105	12,87
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
<b>ИТОГО:</b>		<b>62</b>	<b>68</b>	<b>254</b>	<b>1881</b>	<b>260,82</b>

Мед. Работник

Заведующая столовой

*[Подписи]*

Утверждаю:

*Коптева Д.И.*

"04" 07

2023г.

<b>Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания</b>						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>39,5</b>	<b>36,7</b>	<b>53,4</b>	<b>701,5</b>	
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	37,86
Бутерброд с маслом с сыром	70	11,2	12,7	11,9	207	33,04
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<b>Обед</b>		<b>32,9</b>	<b>34,6</b>	<b>124,0</b>	<b>938,9</b>	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	14,95
Суп гороховый с гречками с курицей	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	27,56
Жаркое по - домашнему	300	19,9	22,0	37,0	426	58,85
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	2,34
<b>Полдник</b>		<b>4,2</b>	<b>6,9</b>	<b>87,0</b>	<b>426,9</b>	
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	18,42
Фрукт (Абрикос)	90	0,7	0,7	25,2	110	12,87
Сок	200	0,5	0,0	29,0	118	14,20
<b>ИТОГО:</b>		<b>77</b>	<b>78</b>	<b>264</b>	<b>2067</b>	<b>281,16</b>

Мед. Работник *41*

Заведующая столовой *Коп*