

Утверждаю:

Копылова Д.И."07" 07

2023г.

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>20,9</b>	<b>23,6</b>	<b>86,2</b>	<b>640</b>	
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	22,66	
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	22,54	
Кондитерское изделие промышленного производства (Печенье сахарное)	50	5,5	4,8	30	185	13,20	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56	
<b>Обед</b>			<b>34</b>	<b>32</b>	<b>124</b>	<b>915</b>	
Салат картофельный с огурцами	100	2,0	5,1	15,1	114	7,03	
Борщ "Сибирский" с курицей, со сметаной	250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	33,39	
Рыба запеченная с маслом	100/5	17,5	13,9	3,1	208	37,35	
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	16,53	
Сок персиковый	200	0,5	0	34,0	138	14,20	
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>11,4</b>	<b>11,5</b>	<b>72,9</b>	<b>440</b>	
Мучное изделие промышленного производства (Пряник)	70	5,7	4,6	42,9	235	15,82	
Фрукт (Яблоко)	160	0,5	0,5	21,0	91	24,00	
Кисломолочный продукт (Снежок)	200	5,2	6,4	9,0	114	27,95	
<b>ИТОГО:</b>		<b>66</b>	<b>67</b>	<b>283</b>	<b>1996</b>	<b>256,35</b>	

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Заведующая столовой \_\_\_\_\_

Утверждаю:

*Комлева Д.И.*

"07" 07

2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 7 июля 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>25,0</b>	<b>29,9</b>	<b>92,6</b>	<b>739,0</b>	
Каша пшеничная жидкая	250	9,4	11,5	26	245	27,23
Бутерброд с маслом с сыром	60	6,5	10,7	11,9	170	26,04
Кондитерское изделие промышленного производства ( <i>Печенье сахарное</i> )	50	5,5	4,8	30	185	13,20
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
<b>Обед</b>		<b>38</b>	<b>36</b>	<b>127</b>	<b>979</b>	
Салат картофельный с огурцами	100	2,0	5,1	15,1	114	7,03
Борщ "Сибирский" с курицей, со сметаной	250/15/5	7,9	5,7	12,1	131	33,39
Рыба запеченная с маслом	120/5	20,7	17,7	4,4	260	44,30
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	17,65
Сок персиковый	200	0,5	0	34,0	138	14,20
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>11,4</b>	<b>11,5</b>	<b>72,9</b>	<b>440</b>	
Мучное изделие промышленного производства ( <i>Пряник</i> )	70	5,7	4,6	42,9	235	15,82
Фрукт ( <i>Яблоко</i> )	160	0,5	0,5	21,0	91	24,00
Кисломолочный продукт ( <i>Снежок</i> )	200	5,2	6,4	9,0	114	27,95
<b>ИТОГО:</b>		<b>74</b>	<b>77</b>	<b>293</b>	<b>2158</b>	<b>272,49</b>

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Заведующая столовой \_\_\_\_\_