

Утверждаю:

"11" июля 2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 11 июля 2023г.

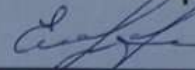
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21	30	82	683	
Каша "Дружба"	250	6,9	8,4	28,7	218	29,73
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	15,84
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	5,15
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	9,20
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Обед		33,7	37,4	130,5	993,3	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44
Суп из овощей с курицей со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	30,49
Тефтели, запеченные в молочном соусе	120	16,8	17,7	12,6	277	46,15
Макаронные изделия отварные	230	6,1	7,4	52,1	299	16,69
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
Полдник		10,1	8,6	79	434	
Кондитерское изделие промышленного производства (Вафли)	50	8,7	7,9	19,5	184	14,16
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20
Фрукт (Апельсин)	195	0,9	0,7	25,5	112	25,35
ИТОГО:		65	76	292	2110	256,24

Мед. Работник

Повар

С.С.

Утверждаю:



"11" июля 2023г.

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			19	25	73	599	
Каша "Дружба"	200	5,5	6,7	24,5	180	24,52	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	10,56	
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	4,25	
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	9,20	
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00	
Хлеб пшеничный	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56	
Хлеб ржаной	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56	
Обед			29,0	32,6	120,5	891,3	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44	
Суп из овощей с курицей со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	30,49	
Тефтели, запеченные в молочном соусе	100	14,0	14,4	10,5	227	39,61	
Макаронные изделия отварные	180	4,2	5,9	44,2	247	13,00	
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	
Полдник			6,6	6,3	75	381	
Кондитерское изделие промышленного производства (Вафли)	35	5,2	5,6	15,0	131	9,91	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20	
Фрукт (Апельсин)	195	0,9	0,7	25,5	112	25,35	
ИТОГО:		55	64	268	1872	230,37	

Мед. Работник

Повар