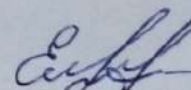

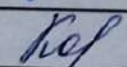


Утверждаю:

 "12" июля 2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 12 июля 2023г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		31,8	25,5	97,3	746	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/30	20,2	17,4	29,0	353	84,09
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,04
Фрукт (Яблоко)	160	1,3	0,7	37,5	162	24,00
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Обед		40	32	131	972	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	16,74
Суп крестьянский с крупой с курицей и сметаной	250/15/5	7,9	5,8	15,5	146	26,25
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом	120/40	24,0	14,1	15,5	285	43,91
Пюре картофельное	200	5,1	6,1	28,1	188	17,65
Сок	200	0,5	0,0	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
Полдник		11	14	61	416	
Мучное изделие промышленного производства (Пряник)	50	5,1	7,8	41,0	255	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
ИТОГО:		83	72	288	2134	298,53

Мед. Работник

Повар

Утверждаю:

"12" июля

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 12 июля 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		28,0	20,0	81,9	620	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	180/20	18,1	12,8	26,1	292	72,02
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	13,54
Фрукт (Яблоко)	160	0,4	0,4	25,0	105	24,00
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,88
Обед		34	26	123	864	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	16,74
Суп крестьянский с крупой с курицей и сметаной	250/15/5	7,9	5,8	15,5	146	26,25
Фрикадельки рыбные, с соусом сметанным с томатом	90/40	18,9	8,3	9,8	190	34,00
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	16,53
Сок	200	0,5	0,0	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
Полдник		10	13	47	342	
Мучное изделие промышленного производства (Пряник)	50	4,0	6,2	27,3	181	11,30
Йогурт	95	5,8	6,6	6,9	110	20,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,33
ИТОГО:		72	59	252	1826	271,03

Мед. Работник

Повар