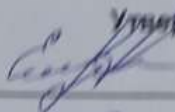


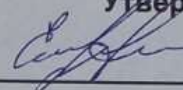
Утверждаю:

 "14" июля 2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 14 июля 2023г.						
Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,1	24,0	115,4	746	
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	9,4	9,6	32,5	254	26,55
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	15,84
Фрукт (Яблоко)	160	0,5	0,5	27,0	115	24,00
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	14,96
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		32,3	37,7	115,9	932	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	29,97
Котлета по хлыновски	120	16,9	17,8	15,2	289	66,95
Капуста тушеная	180	5,5	7,4	16,8	156	20,47
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		19,6	17,7	53,6	452	
Сырники из творога запеченные, с молоком сгущенным	200/30	19,5	17,7	41,0	401	81,32
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	3,23
ИТОГО:		69	79	285	2130	320,29

Мед. Работник _____

Повар _____

Утверждаю:



"14" июля 2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 14 июля 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			14,5	19,3	104,3	648	
Каша их овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26,0	203	22,04	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	10,56	
Фрукт (Яблоко)	160	0,5	0,5	27,0	115	24,00	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	14,96	
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	34	111	858	
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	13,44	
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	29,97	
Котлета по хлыновски	100	14,1	14,8	12,7	240	55,42	
Капуста тушеная	150	4,6	6,2	14,0	130	17,01	
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			17,3	13,3	50,6	391	
Сырники из творога запеченные, с молоком сгущенным	150/20	17,2	13,3	38,0	341	60,99	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,33	
ИТОГО:		60	66	265	1898	274,28	

Повар

