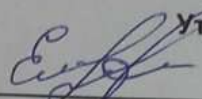


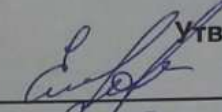
Утверждаю:

 "18" июля 2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 18 июля 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,1	18,9	109,2	690,0	
Каша ячневая жидкая	250	9,8	10,7	31,0	260	25,95
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	17,04
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	12,19
Фрукт (Апельсин)	210	0,5	0,5	27,0	115	27,30
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		29	37	119	923	
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	12,74
Свекольник с курицей , со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	30,00
Гречка по-купечески	300	18,4	24,5	41,2	459	62,23
Компот из свежих (яблок)	200	0,2	0,0	20,6	83	8,64
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		9,6	9,2	84,7	460,0	
Мучное изделие промышленного производства (кекс)	75	9,1	9,2	50,7	322	35,00
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138,0	14,20
ИТОГО:		60	65	313	2073	254,65

Повар



Утверждаю:

 "18" июля 2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 18 июля 2023г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			18,1	15,8	98,9	609
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	22,15
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	13,54
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	11,29
Фрукт (Апельсин)	220	0,5	0,5	27,0	115	28,60
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			26	31	116	841
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	12,74
Свекольник с курицей, со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	29,47
Гречка по-купечески	250	15,3	18,4	37,7	378	50,00
Компот из свежих (яблок)	200	0,2	0,0	20,6	83	8,64
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			8,8	7,9	69,8	386,0
Мучное изделие промышленного производства (Кекс)	75	8,3	7,9	35,8	248	35,00
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138,0	14,20
ИТОГО:			53	54	284	1836
				284	1836	234,99

Мед. Работник _____

Повар _____
