

Утверждаю:

Копылова Д.И.
 "20" 07 2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 20 июля 2023г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		34,4	21,4	86,7	676	
Суфле творожное с молоком сгущенным	200/20	19,5	7,7	44,5	325	79,03
Бутерброд горячий с сыром	90	11,6	10,9	14,7	203	29,08
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	11,29
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Обед		25	30	134	903	
Салат из моркови с изюмом	100	2,2	0,2	25,5	113	14,45
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	31,19
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом	90/5	11,4	15,2	11,2	227	41,90
Рис припущенный с кукурузой	150	3,8	7,3	20,8	164	28,40
Сок	200	0,5	0,5	30,5	129	14,63
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		14,1	15,7	52,6	408,1	
Булочка "Нежная"	80	6,0	8,9	27,5	214	17,23
Фрукт (Апельсин)	220	0,4	0,4	14,4	63	28,60
Молоко витаминизированное	200	7,7	6,4	10,7	131	40,00
ИТОГО:		73	67	273	1987	343,61

Мед. Работник _____

Повар _____

Коп

Утверждаю:

Копылова Д.И.
"20" 07

2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 20 июля 2023г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		37,6	23,4	92,0	728	
Суфле творожное с молоком сгущенным	250/30	22,7	9,7	49,8	377	97,61
Бутерброд горячий с сыром	90	11,6	10,9	14,7	203	29,08
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	12,19
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Обед		32	35	139	1001	
Салат из моркови с изюмом	100	2,2	0,2	25,5	113	14,45
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	31,19
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом	120/5	18,2	18,9	13,1	295	54,87
Рис припущенный с кукурузой	180	4,0	8,9	24,0	193	33,85
Сок	200	0,5	0,5	30,5	129	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		15,8	15,8	59,2	442,1	
Булочка "Нежная"	80	6,0	8,9	27,5	214	16,92
Фрукт (Апельсин)	220	2,1	0,5	21,0	97	28,60
Молоко витаминизированное	200	7,7	6,4	10,7	131	40,00
ИТОГО:		85	75	290	2170	380,77

Мед. Работник _____

Повар _____

Копылова