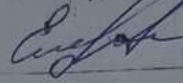


Утверждаю:



"21" июля

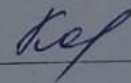
2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 21 июля 2021г.**

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | цена, руб. |
|---|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл, г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | 16,5 | 23,6 | 77,3 | 587 | |
| Каша пшенная жидкая | 250 | 9,9 | 10,5 | 30,5 | 256 | 26,65 |
| Бутерброд с маслом | 30/15 | 2,5 | 9,9 | 14,5 | 157 | 15,84 |
| Кофейный напиток | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 101 | 13,88 |
| 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 | | 36,4 | 35,5 | 118,4 | 939 | |
| Салат из капусты белокочанной | 100 | 2,0 | 5,1 | 8,5 | 88 | 15,29 |
| Суп-лапша домашняя с курицей | 250/15 | 6,4 | 5,7 | 10,1 | 117 | 21,59 |
| Рыба запеченная с маслом | 120/5 | 20,7 | 17,7 | 4,4 | 260 | 44,28 |
| Пюре картофельное | 200 | 5,1 | 6,1 | 28,1 | 188 | 17,65 |
| Сок яблочный | 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 | | 12,3 | 12,8 | 36,6 | 310,8 | |
| Мучное изделие промышленного производства (Вафли) | 55 | 12,2 | 12,6 | 24,0 | 260 | 14,16 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,0 | 12,6 | 51 | 3,23 |
| ИТОГО: | | 65 | 72 | 232 | 1836 | 196,13 |

Мед. Работник _____

Повар _____



Утверждаю:

"21" июля

2023г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 21 июля 2023г.**

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | цена, руб. |
|---|-------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | 12,5 | 17,7 | 65,9 | 472 | |
| Каша пшеничная жидкая | 200 | 6,6 | 7,4 | 23,7 | 188 | 22,78 |
| Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,8 | 7,1 | 9,9 | 111 | 10,56 |
| Кофейный напиток | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 101 | 13,88 |
| 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 | | 32,0 | 31,5 | 115,7 | 874 | |
| Салат из капусты белокочанной | 100 | 2,0 | 5,1 | 8,5 | 88 | 15,29 |
| Суп-лапша домашняя с курицей | 250/15 | 6,4 | 5,7 | 10,1 | 117 | 21,59 |
| Рыба запеченная с маслом | 100/5 | 17,5 | 13,9 | 3,1 | 208 | 37,33 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,9 | 5,9 | 26,7 | 176 | 16,52 |
| 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 | | 9,4 | 9,6 | 29,4 | 242 | |
| Мучное изделие промышленного производства (вафли) | 35 | 9,3 | 9,6 | 16,3 | 191 | 9,91 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,0 | 12,6 | 51 | 2,33 |
| ИТОГО: | | 54 | 59 | 211 | 1587 | 173,75 |

Мед. Работник

Повар

Вас