

Утверждаю:

Сидоров

"07"

06

2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 14 июня 2024г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		26	23	31	437	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	45,65
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	13,03
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,46
Кондитерское изделие промышленного производства (конфета в шоколадной глазури)	30	3,4	3,9	7,2	78	15,00
Обед		27,7	30,1	100,7	784	
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	19,07
Суп картофельный с овощами с курицей со сметаной	250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	28,62
Печень, тушеная в соусе	100/50	12,9	12,4	5,3	184	85,53
Каша гречневая вязкая	180	4,8	6,1	29,2	191	9,90
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	10,84
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,18
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,18
Полдник		8,8	12,6	42,2	317,4	
Булочка с повидлом	80	3,0	6,2	32,8	199	23,40
Фрукт (Апельсин)	200	0,4	0,4	25,0	105	33,80
Молоко питьевое кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	118	21,85
ИТОГО:		62	66	174	1538	312,51

Мед. Работник

8

Зав.столовой

Сидоров