

Утверждаю:

Нач. ш.к. Зюфф
"15" июля

2024 г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 15 июля 2024г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			13,4	18,5	62,4	470	
Каша кукурузная жидкая	200	5,5	5,9	27,0	183	17,27	
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	24,58	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	12,66	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,45	
Обед			43,5	37,0	87,0	855	
Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	12,51	
Овощи свежие (Огурцы)	60	0,5	0,1	0,9	6,5	12,10	
Уха с крупой	250/100	18,1	10,1	14,0	219	46,26	
Курица, в соусе с томатом	100	14,1	15,6	1,8	204	53,83	
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	19,21	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	6,28	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,18	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,18	
Полдник			6,9	4,1	80	382	
Кондитерское изделие промышленного производства (Печенье "К кофе")	30	6,0	3,7	20,5	139	4,61	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20	
Фрукт (яблоко)	105	0,4	0,4	25,0	105	19,11	
ИТОГО:			64	60	229	1706	248,43

Мед. Работник _____

Зав.столовой _____

Утверждаю:

Исполн.: *Сурж*
"15" *июль*

2024 г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 16 июля 2024г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,5	15,4	89,3	565,8	
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	16,52
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	14,98
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	11,09
Фрукт (Апельсин)	220	0,4	0,4	25,0	105	37,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,45
Обед		25	30	107	802	
Нарезка из овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	20,39
Свекольник с курицей, со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	21,0	172	35,58
Гречка по-купечески	250	15,3	18,4	37,7	378	58,58
Компот из свежих (яблок)	200	0,2	0,0	20,6	83	10,17
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,18
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,18
Полдник		8,8	7,9	69,8	386,0	
Мучное изделие промышленного производства (Мини маффин)	70	8,3	7,9	35,8	248	28,20
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138,0	14,20
ИТОГО:		52	54	266	1754	252,70

Мед. Работник *SP*

Зав.столовой *Коп*

Утверждаю:

Нач. лагеря: *Игорь*
"15" июля

2024 г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 17 июля 2024 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		11,9	16,2	105,0	613	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	9,2	8,5	45,8	297	19,23
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,05
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	3,89
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,45
Фрукт (яблоко)	105	0,4	0,4	25,0	105	19,11
Обед		27	32	96	778	
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	21,54
Суп картофельный с крупой с курицей	250/15	7,7	5,9	21,1	168	27,25
Котлета рыбная натуральная, запеченная, с маслом	100/5	13,9	16,3	7,6	233	39,04
Овощи припущенные	150	2,2	3,9	20,3	124	16,64
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	8,03
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,18
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,18
Полдник		5	4	49	253	
Мучное изделие промышленного производства (Пряник "Зебра Королевская")	60	4,9	3,9	36,8	202	16,27
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,27
ИТОГО:		44	52	251	1644	190,13

Мед. Работник *И*

Зав.столовой *Кол*

Утверждаю:

Нач. пос.: *Суров*
"15" июля

2024 г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 18 июля 2024 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		34,3	21,3	87,9	681	
Суфле творожное с молоком сгущенным	200/20	19,5	7,7	44,5	325	80,03
Бутерброд горячий с сыром	90	11,6	10,9	14,7	203	33,50
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	11,09
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,45
Обед		24	30	125	736	
Салат из моркови с изюмом	100	2,2	0,2	25,5	113	19,73
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	35,77
Биточки рубленые из птицы запеченные, с маслом	90/5	11,4	15,2	11,2	227	50,66
Рис припущенный с кукурузой	150	3,8	7,3	20,8	164	29,30
Сок	200	0,5	0,5	30,5	0	14,20
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,18
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,18
Полдник		8,8	12,6	42,2	317,4	
Булочка с сахаром	100	3,0	6,2	32,8	199	23,40
Молоко питьевое кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	118	16,91
ИТОГО:		68	64	255	1734	320,40

Мед. Работник *П*

Зав.столовой *К*

Утверждаю:

Нач. лаг.: *Зурф*

"15" июля

2024 г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 19 июля 2024 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			12,0	17,4	58,3	437,8	
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	22,44	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,05	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	12,66	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,45	
Обед			31,6	31,3	106,9	835	
Салат из капусты белокочанной	100	2,0	5,1	8,5	88	14,26	
Суп-лапша домашняя с курицей	250/15	6,4	5,7	10,1	117	23,84	
Рыба запечённая с маслом	100/5	17,5	13,9	3,1	208	37,16	
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	19,21	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	14,20	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,18	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	2,18	
Полдник			6,3	2,8	43,8	225,6	
Кондитерское изделие промышленного производства (Вафли со сливочным вкусом)	35	6,2	2,8	31,2	175	9,89	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,27	
ИТОГО:		50	52	209	1499	172,79	

Мед. Работник

Зав.столовой

Зурф

Зурф