

Утверждаю:

2021г.



**Меню для детей в лагере дневного пребывания**  
на 2 июня **2021г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>31,3</b>	<b>33,5</b>	<b>49,8</b>	<b>625</b>	<b>89,55</b>
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	39,47
Овощи на поджаривание:						
Кукуруза консервированная	100	1,5	0,3	6,8	36	20,71
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	18,84
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	7,79
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>7,6</b>	<b>34</b>	<b>1,10</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>0,6</b>	<b>0,3</b>	<b>13,2</b>	<b>58</b>	<b>1,65</b>
<b>Обед</b>		<b>27,6</b>	<b>28,7</b>	<b>124,5</b>	<b>867,8</b>	<b>95,29</b>
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	15,72
Суп гороховый с гречками с мясом	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	17,13
Жаркое по - домашнему	250	14,2	15,9	29,9	320	54,41
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	3,63
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>1,0</b>	<b>0,5</b>	<b>22,0</b>	<b>97</b>	<b>2,75</b>
<b>или Хлеб пшеничный витаминизированный</b>	<b>50</b>					
<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>	<b>1,1</b>	<b>0,6</b>	<b>18,9</b>	<b>86</b>	<b>1,65</b>
<b>Полдник</b>		<b>3,9</b>	<b>6,6</b>	<b>81,2</b>	<b>400</b>	<b>37,24</b>
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	12,70
<b>Фрукт - апельсин</b>	<b>130</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>14,4</b>	<b>63</b>	<b>15,34</b>
<b>Сок</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>34,0</b>	<b>138</b>	<b>9,20</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>63</b>	<b>69</b>	<b>255</b>	<b>1893</b>	<b>222,08</b>

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Александр*

*Александр*