

Утверждаю:

"27"

июня

2023г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 27 июня 2022г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		31,3	33,5	49,8	625	102,24
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	34,32
Овощи на поджаривание:						
огурцы свежие	100	1,5	0,3	6,8	36	21,60
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	26,68
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,10
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,80
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,70
Обед		27,6	28,7	124,5	867,8	112,26
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	20,92
Суп гороховый с гречками с мясом	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	18,30
Жаркое по - домашнему	250	14,2	15,9	29,9	320	57,54
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	6,50
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50					4,50
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	4,50
Полдник		3,9	6,6	81,2	400	70,23
Булочка	80	3,0	6,2	32,8	199	28,00
Фрукт банан	195	0,4	0,4	14,4	63	22,23
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	20,00
ИТОГО:		63	69	255	1893	284,73

Мед. Работник

Повар-бригадир

Утверждаю:

" 27 " июня 2022г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания на 27 июня 2022г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			31,3	33,5	49,8	625	102,24
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	34,32	
Овощи на поджаривание:							
огурцы свежие	100	1,5	0,3	6,8	36	21-60	
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	26,68	
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,10	
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,80	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,70	
Обед			27,6	28,7	124,5	867,8	112,26
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	20,92	
Суп гороховый с гречками с мясом	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	18,30	
Жаркое по - домашнему	250	14,2	15,9	29,9	320	57,54	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	6,50	
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97		
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50						4,50
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	4,50	
Полдник			3,9	6,6	81,2	400	70,23
Булочка	80	3,0	6,2	32,8	199	28,00	
Фрукт банан	195	0,4	0,4	14,4	63	22,23	
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	20,00	
ИТОГО:			63	69	255	1893	284,73

Мед. Работник

Повар-бригадир

Мед. Работник
Повар-бригадир