

Утверждаю:

" 29 "

июня

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 29 июня 2023г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			17	25	86	637	47,75
Суп молочный с крупой	250	5,9	8,9	25,8	207		24,35
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111		14,20
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62		3,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	76		3,60
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35		1,80
Обед			41,8	32,1	109,3	891,8	124,16
Салат из свеклы с сыром	100	7,3	8,2	10,2	144		23,75
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/100	14,5	7,2	21,7	209		32,05
Грудка куриная запеченная	90	14,6	12,0	0,6	169		41,67
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148		11,17
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77		8,32
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	76		
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						3,60
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69		3,60
Полдник			12,3	12,0	65,5	420	53,10
печенье	30	4,5	5,5	44,3	245		10,50
Фрукт - слива	100	0,1	0,1	10,5	43		16,00
йогурт	100	7,7	6,4	10,7	131		26,60
ИТОГО:			71	69	260	1948	225,01

Мед. Работник

Повар-бригадир

Утверждаю:

"29" июня 2023г.

Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			17	25	86	637	47,75
Суп молочный с крупой	250	5,9	8,9	25,8	207	24,35	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	14,20	
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	3,80	
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	76	3,60	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,80	
Обед			41,8	32,1	109,3	891,8	124,16
Салат из свеклы с сыром	100	7,3	8,2	10,2	144	23,75	
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/100	14,5	7,2	21,7	209	32,05	
Грудка куриная запеченная	90	14,6	12,0	0,6	169	41,67	
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	11,17	
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	8,32	
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	76		
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						3,60
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	3,60	
Полдник			12,3	12,0	65,5	420	53,10
печенье	30	4,5	5,5	44,3	245	10,50	
Фрукт - слива	100	0,1	0,1	10,5	43	16,00	
йогурт	100	7,7	6,4	10,7	131	26,60	
ИТОГО:		71	69	260	1948	225,01	

Мед. Работник _____

Повар-бригадир _____