

Утверждаю:

" 12 " июля 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			12,8	16,5	117,5	670	60,10
Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	9,2	8,5	45,8	297		18,30
Бутерброд с маслом	20.окт	1,8	7,1	9,9	111		12,20
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,5	62		3,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,80
Фрукт слива	150	1,3	0,7	37,5	162		24,00
Обед			28	33	122	890	99,34
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67		9,05
Суп картофельный с крупой с мясом	250/15	7,7	5,9	21,1	168		20,58
Котлета рыбная натуральная, запеченная, с маслом	100/5	13,9	16,3	7,6	233		40,89
Овощи припущенные	150	2,2	3,9	20,3	124		13,30
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77		8,32
Хлеб пшеничный	50	1,4	0,7	30,8	135		
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50						3,60
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86		3,60
Полдник			16	17	38	370	51,40
Мучное изделие промышленного производства -печенье	30	8,0	8,7	15,7	173		8,50
Йогурт	125	7,7	8,7	9,2	146		40,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51		2,90
ИТОГО:			57	66	277	1930	210,84

Мед. Работник _____

Повар-бригадир _____