

Утверждаю:

"13" июля 2023г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 13 июля 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		13,8	18,4	103,4	634	69,00
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	20,10
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	12,20
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	13,10
Фрукт	120	1,3	0,7	37,5	162	20,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					1,80
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,80
Обед		32,4	31,7	123,3	909	90,60
Салат из капусты белокочанной	100	2,0	5,1	8,5	88	6,37
Суп-лапша домашняя с курицей	250/15	6,4	5,7	10,1	117	14,93
Рыба запечённая с маслом	100/5	17,5	13,9	3,1	208	38,17
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	15,61
Компот из свежих фруктов	200	0,5	0,0	34,0	138	8,32
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50					3,60
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	3,60
Полдник		17,1	18,3	38,6	388	50,90
Мучное изделие промышленного производства	40	9,3	9,6	16,8	191	8,00
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:		63	68	265	1930	210,50

Мед. Работник

Повар-бригадир

ИИ-

ИИ-

Утверждаю:

"13" июля 2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 13 июля 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		13,8	18,4	103,4	634	79,90
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	23,00
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	14,20
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,10
Фрукт	120	1,3	0,7	37,5	162	24,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					1,80
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,80
Обед		32,4	31,7	123,3	909	114,28
Салат из капусты белокочанной	100	2,0	5,1	8,5	88	6,37
Суп-лапша домашняя с курицей	250/15	6,4	5,7	10,1	117	14,93
Рыба запечённая с маслом	100/5	17,5	13,9	3,1	208	42,17
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	19,61
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	24,00
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50					3,60
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	3,60
Полдник		17,1	18,3	38,6	388	50,90
Мучное изделие промышленного производства	40	9,3	9,6	16,8	191	8,00
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:		63	68	265	1930	

Мед. Работник

Повар-бригадир

Мед. Работник
Повар-бригадир