

Утверждаю:

"14" июля 2023г.

**Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на 14 июля 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17	25	86	637	46,95
Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,9	8,9	25,8	207	23,20
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	14,35
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	3,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	76	3,80
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	123,48
Салат из свеклы с сыром	100	7,3	8,2	10,2	144	23,56
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/100	14,5	7,2	21,7	209	32,00
Грудка куриная запеченная по домашнему	90	14,6	12,0	0,6	169	41,35
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	11,05
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		13,0	10,0	66,7	409	40,77
Булочка	60	5,2	3,5	45,5	234	28,00
Фрукт - слива	100	0,1	0,1	10,5	43	16,00
Чай с лимоном	125	7,7	6,4	10,7	131	3,23
ИТОГО:		72	67	262	1938	211,20

Мед. Работник

Повар-бригадир

Утверждаю:

"14" июля 2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 14 июля 2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17	25	86	637	46,95
Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,9	8,9	25,8	207	23,20
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	14,35
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	3,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	76	3,80
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	123,48
Салат из свеклы с сыром	100	7,3	8,2	10,2	144	23,56
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/100	14,5	7,2	21,7	209	32,00
Грудка куриная запеченная по домашнему	90	14,6	12,0	0,6	169	41,35
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	11,05
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		13,0	10,0	66,7	409	40,77
Булочка	60	5,2	3,5	45,5	234	28,00
Фрукт - слива	100	0,1	0,1	10,5	43	16,00
Чай с лимоном	125	7,7	6,4	10,7	131	3,23
ИТОГО:		72	67	262	1938	211,20

Мед. Работник

Повар-бригадир

Шер

Май