

Утверждаю:

" 6 "

июля

2023г.

Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания на 06 июля 2023г.

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | цена, руб. | |
|---|-------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | | |
| Завтрак | | | 40 | 34 | 55 | 681 | 94,96 |
| Омлет натуральный | 180 | 22,7 | 20,5 | 2,4 | 285 | 41,89 | |
| Овощи на поджаривание: | | | | | | | |
| Горошек зеленый консервированный | 50 | 5,2 | 0,2 | 7,5 | 53 | 16,02 | |
| Кондитерское изделие промышленного производства - печенье | 30 | 3,4 | 3,9 | 7,2 | 78 | 6,00 | |
| Кисломолочный продукт - кефир | 200 | 5,2 | 6,4 | 9,0 | 114 | 16,00 | |
| Чай с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 19,9 | 113 | 13,25 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,80 | |
| Обед | | | 33,5 | 31,5 | 130,3 | 938 | 110,81 |
| Овощи консервированные | 40 | 0,4 | 0,1 | 0,8 | 5 | 9,24 | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250/15/5 | 7,2 | 5,9 | 19,9 | 162 | 21,81 | |
| Биточки рубленые из птицы | 120/5 | 18,2 | 18,9 | 13,1 | 295 | 54,24 | |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 4,3 | 5,1 | 24,3 | 160 | 10,90 | |
| Компот из кураги | 200 | 0,6 | 0,0 | 18,7 | 77 | 8,32 | |
| Хлеб пшеничный | 70 | 1,4 | 0,7 | 30,8 | 135 | | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | 70 | | | | | | 6,30 |
| Хлеб ржаной | 60 | 1,4 | 0,8 | 22,7 | 103 | 5,40 | |
| Полдник | | | 13,5 | 13,4 | 57,8 | 406 | 62,00 |
| Булочка | 80 | 5,5 | 6,7 | 36,0 | 226 | 28,00 | |
| Фрукт - слива | 100 | 0,3 | 0,3 | 11,1 | 48 | 16,00 | |
| Молоко | 200 | 7,7 | 6,4 | 10,7 | 131 | 18,00 | |
| ИТОГО: | | 87 | 79 | 243 | 2025 | 267,77 | |

Мед. Работник

Повар-бригадир

Утверждаю:

" 6 " июля 2023г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 06 июля 2023г.**

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | цена, руб. |
|---|-------------------|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | |
| Завтрак | | 40 | 34 | 55 | 681 | 94,96 |
| Омлет натуральный | 180 | 22,7 | 20,5 | 2,4 | 285 | 41,89 |
| Овощи на поджаривание: | | | | | | |
| Горошек зеленый консервированный | 50 | 5,2 | 0,2 | 7,5 | 53 | 16,02 |
| Кондитерское изделие промышленного производства - печенье | 30 | 3,4 | 3,9 | 7,2 | 78 | 6,00 |
| Кисломолочный продукт - кефир | 200 | 5,2 | 6,4 | 9,0 | 114 | 16,00 |
| Чай с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 19,9 | 113 | 13,25 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,80 |
| Обед | | 33,5 | 31,5 | 130,3 | 938 | 110,81 |
| Овощи консервированные | 40 | 0,4 | 0,1 | 0,8 | 5 | 9,24 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250/15/5 | 7,2 | 5,9 | 19,9 | 162 | 21,81 |
| Биточки рубленые из птицы | 120/5 | 18,2 | 18,9 | 13,1 | 295 | 54,24 |
| Каша гречневая вязкая | 150 | 4,3 | 5,1 | 24,3 | 160 | 10,90 |
| Компот из кураги | 200 | 0,6 | 0,0 | 18,7 | 77 | 8,32 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 1,4 | 0,7 | 30,8 | 135 | |
| или Хлеб пшеничный витаминизированный | 70 | | | | | 6,30 |
| Хлеб ржаной | 60 | 1,4 | 0,8 | 22,7 | 103 | 5,40 |
| Полдник | | 13,5 | 13,4 | 57,8 | 406 | 62,00 |
| Булочка | 80 | 5,5 | 6,7 | 36,0 | 226 | 28,00 |
| Фрукт - слива | 100 | 0,3 | 0,3 | 11,1 | 48 | 16,00 |
| Молоко | 200 | 7,7 | 6,4 | 10,7 | 131 | 18,00 |
| ИТОГО: | | 87 | 79 | 243 | 2025 | 267,77 |

Мед. Работник

Повар-бригадир