

Утверждаю:

НАЧ. ЛАГЕРЯ

Евстафьева С.В.

24 июля

2023г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 25 июля 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		31,3	33,5	49,8	625,4	93,79
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	30,53
Овощи на поджарку:						
Кукуруза консервированная	100	1,5	0,3	6,8	36	29,84
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	19,55
кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	11,23
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,10
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	1,54
Обед		26,5	28,1	105,6	781,8	109,40
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61,0	9,92
Суп гороховый с гречками с мясом	250/15/20	9,9	6,7	31,8	227	28,26
Жаркое по - домашнему	250	14,2	15,9	29,9	320	60,66
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	5,13
Хлеб пшеничный витаминизированный	32	1,0	0,5	22,0	97	2,75
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	2,70
Полдник		3,9	6,6	81,2	400,0	56,00
Булочка домашняя	80	3,0	6,2	32,8	199	24,00
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	12,00
Яблоки	185	7,7	8,7	9,2	146	20,50
	200	0,4	0,4	14,4	63	
ИТОГО:		62	68	237	1807	259,69

Мед. Работник

Бон

Повар-бригадир

Ильин