

Утверждаю:

 Ковалчук О.В.

11

августа

2020г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 11 августа 2020 г.

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | цена, руб | |
|--|-------------------|-----------|-------------|-------------|--------------|---------------|--|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл. г | ЭЦ, ккал | | |
| Завтрак | | | 8,0 | 19,5 | 60,7 | 448 | |
| Суп молочный с крупой | 250 | 5,4 | 9,7 | 31,0 | 233 | 13,58 | |
| Бутерброд с маслом | 30/15 | 2,5 | 9,8 | 14,5 | 156 | 9,66 | |
| Чай с лимоном | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 59 | 1,53 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| Обед | | | 34,4 | 30,2 | 121,5 | 895,6 | |
| Нарезка из свежих овощей с маслом растительным | 100 | 1,0 | 5,2 | 3,8 | 66 | 6,89 | |
| Суп крестьянский с крупой, с мясом | 250/20 | 5,4 | 5,7 | 14,2 | 130 | 17,37 | |
| Курица запеченная | 100 | 16,2 | 15,1 | 0,7 | 204 | 37,38 | |
| Макаронные изделия отварные | 165 | 2,6 | 2,9 | 34,0 | 173 | 7,90 | |
| Компот из изюма | 200 | 0,4 | 0,0 | 25,9 | 105 | 4,38 | |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,8 | 0,6 | 22,8 | 116 | 2,00 | |
| | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 60 | 4,0 | 0,7 | 20,0 | 102 | 0,76 | |
| Полдник | | | 5,0 | 4,0 | 82 | 385 | |
| булочка слойка | 60 | 3,2 | 3,7 | 50,1 | 247 | 6,00 | |
| | | | | | | | |
| Сок | 200 | 0,2 | 0,0 | 18,1 | 73 | 13,80 | |
| яблоко | 150 | 1,6 | 0,3 | 14,0 | 65 | 21,45 | |
| ИТОГО: | | 47 | 54 | 264 | 1729 | 142,70 | |

Мед. Работник 

Повар-бригадир 