

Утверждаю:

Коваленко О.В.
12 августа Г.

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

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		32,0	22,7	64,5	591	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	25,7	18,6	35,0	411	45,79
Бутерброд с сыром	30/15	6,1	4,1	14,5	119	8,81
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61	0,76
Обед		33,2	27,2	128,7	892,5	
Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным	100	0,8	5,0	2,5	58	6,60
Суп из овощей с мясом, со сметаной	250/10/5	3,9	4,3	10,0	94	16,81
Биточки рыбные	100	14,3	9,2	18,2	213	35,10
Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушеная или кабачки припущенные)	100/150					8,61
Картофельное пюре	100	2,1	2,9	14,8	94	
Капуста тушеная	150	3,5	4,4	13,4	106	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	24,9	103	2,50
яблоко	150	1,6	0,3	14,0	65	21,45
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39	2,00
Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4	120	0,76
Полдник		9,8	13,9	51,3	370	
Булочка	60	4,0	7,4	41,1	247	6,00
Йогурт	200	5,8	6,5	10,2	123	23,20
ИТОГО:		75	64	245	1853	184,39

Мед. Работник *Мед*

Повар-бригадир *Коваленко*