

Утверждаю:

 Ковалчук О. В.

17

августа

2020г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 17 августа 2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак			28,4	23,4	29,5	442,2
Суфле творожное с молоком сгущенным	200/20	22,1	19,3		262	55,34
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			27	30	123	872,2
Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным	100	0,8	5,0	2,5	58	5,44
Суп гороховый с гречками с мясом	250/10/20	4,9	5,7	32	199	11,54
Бефстроганов	100	12,3	15,3	5,0	207	33,27
Макаронные изделия отварные	165	2,6	2,9	34,0	173	5,67
Компот из кураги	200	1,1	0,1	22,1	94	5,77
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39	2,00
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					0,00
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102	0,76
Полдник			3,7	4,2	66,2	304,6
ватрушка с творогом	60	3,2	4,2	33,0	183	6,00
Кисель из концентрата	200	0,4	0,0	20,1	82	4,00
яблоко	150	0,1	0,0	13,1	40	10,07
ИТОГО:		59	58	219	1619	149,43

Мед. Работник _____

Повар-бригадир _____

