

Утверждаю:

Ковалев О. В.

19

августа

2020г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 19 августа 2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			20,2	35,4	40,6	562	
Омлет натуральный с маслом, подгарнировкой	250	14,5	22,5	7,1	289	38,26	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,8	14,5	156	7,38	
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	117	5,36	
Обед			35	30	115	869,8	
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	1,0	5,2	3,8	66	9,69	
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/50	5,8	5,2	16,5	136	24,97	
Рагу из курицы	250	19,6	18,3	29,1	360	38,43	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	24,9	103	2,50	
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	15,2	77	2,00	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						
Хлеб ржаной	75	5,0	0,9	25,1	128	0,76	
Полдник			5	4	77	365	
булочка со сгущенкой	60	2,9	3,7	33,0	177	6,00	
яблоко	150	1,6	0,3	14,0	65	21,45	
Сок	200	0,8	0,0	29,8	122	11,00	
ИТОГО:		61	69	232	1796	174,80	

Мед. Работник *Маш*

Повар-бригадир *Рудик*