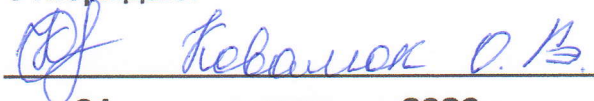


Утверждаю:



31

июля

2020

г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 31 июля 2020 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,8	24,5	64,7	554,1	
Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	7,8	8,8	32,7	241	14,50
Бутерброд с сыром и маслом	30/10/20	8,2	12,5	11,9	193	9,80
Чай с молоком	200	2,8	3,2	20,1	120	6,87
Обед		32,8	32,8	113,9	882	
Нарезка из свежих помидоров	100	0,5	9,7	3,5	103	10,50
Свекольник с мясом, со сметаной	250/20/5	5,7	5,4	14,5	129	19,78
Шницель рыбный натуральный	100	15,8	11,2	10,0	204	36,53
или Шницель рыбный из полуфабриката промышленного производства, запеченные						
Картофельное пюре	180	3,8	5,3	26,7	170	10,80
Сок	200	0,2	0,0	18,1	73	11,00
яблоко	150	1,9	0,4	16,8	79	21,45
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39	2,39
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					0,00
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85	0,76
Полдник		8,1	10,5	36,6	273	
ватрушка творожная		60	3,2	5,5	29,0	9,00
	60	4,6	5,5	30,3	189	
йогурт	200	4,9	5,0	7,6	95	23,20
ИТОГО:		60	68	215	1709	176,58

Мед. Работник 

Повар-бригадир 