

Утверждаю:

Н.А. Е. Востарьева С.В.

" 15 " июля

2025г.

с 7-11

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 16 июля 2025г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,4	22,8	91,4	644,4	
Каша 3 злака жидкая	200	6,5	6,1	27,0	189	20,83
Бутерброд с маслом с сыром	20/10/10	1,8	7,1	9,9	111	20,90
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	1,65
Яблоки	100	1,9	0,7	21,0	98	13,00
Йогурт клубничный	100	7,7	8,7	9,2	146	26,02
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,20
Обед		36	28,7	130,1	922	
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	27,15
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/15	8,7	5,9	15,5	150	26,54
Котлета из говядины "Богатырская"	100	16,3	12,1	14,0	230	36,62
Картофель тушеный	150	5,7	4,2	23,0	153	6,85
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	7,47
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	2,18
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	3,30
Полдник		5,8	13,3	59,6	381	
Печенье Школьное	30	4,2	12,8	25,1	232	10,69
Сок Яблочно-Персиковый	200	0,2	0,2	20,5	85	17,60
Апельсины	150	1,4	0,3	14,0	64	12,35
ИТОГО:		60	65	281	1948	234,35

Мед. Работник

Повар-бригадир

Ладог

Утверждаю:

н.л. Е.В. Евстафьева С.В.
 " 15 " июля 2025г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 16 июля 2025г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		22,1	27,2	103,0	745	
Каша 3 злака жидкая	250	9,5	7,7	34,0	243	21,13
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	14,27
Йогурт клубничный	200	7,7	8,7	9,2	146	2,24
Яблоко	114	1,9	0,7	21,0	98	13,68
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	19,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,23
Обед		42,4	35,8	151,7	1098,2	
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	32,16
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/15	8,7	5,9	15,5	150	28,99
Котлета из говядины "Богатырская"	120	19,5	15,2	15,1	275	55,02
Картофель тушеный	230	8,2	8,1	26,4	211	12,41
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	112	9,21
Хлеб пшеничный	80	1,6	0,8	35,2	154	4,90
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	3,61
Полдник		6,1	13,1	73,1	434,7	
Печенье Школьное	30	4,2	12,8	25,1	232	29,40
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	19,00
Апельсин	150	1,4	0,3	14,0	64	14,40
ИТОГО:		71	76	328	2278	280,65

Мэд. Работник _____

Повар-бригадир _____

Лагерь