

Воткина Утверждаю:
Начальник лагеря **Волжанина В.С**

"01 " августа 2022г.

1 день

Меню для детей в лагере дневного пребывания на 01 августа 2022г.(с 12 лет)							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			17,4	25,5	119,5	777	66,88
Каша рисовая жидкая	250	9,8	11,2	34,0	276	22,45	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	13,01	
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	10,22	
Фрукт(Яблоко)	178	0,5	0,5	29,7	125	19,35	
Хлеб Белгородский	20	0,5	0,3	7,6	34	0,94	
Хлеб пшеничный (Свежий)	20	0,4	0,2	8,8	39	0,91	
Обед			32,9	37,1	147,6	1056	119,15
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	8,60	
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной	250/15/5	5,3	5,8	12,2	122	24,89	
Котлеты, биточки из мяса	120	18,5	18,7	19,0	318	52,91	
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	10,43	
Сок (Мультифрукт)	200	0,5	0,0	34,0	138	15,75	
Хлеб(Белгородский)	60	1,4	0,8	22,7	103	3,41	
Хлеб пшеничный (Свежий)	60	1,2	0,6	26,4	116	3,16	
Полдник			4,5	4,5	57,4	288	13,17
Кондитерское изделие промыш. произ. Пряник Шоколадный	61	4,4	4,5	44,8	237	10,87	
					0		
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	2,30	
ИТОГО:		55	67	325	2121	199,20	

Повар-бригадир *Юроч* Рутькова.О.Ю

Мед. Работник *Лич* Леончикова,Н.Я