



Утверждаю:

2021г.

**Меню для детей в лагере дневного пребывания  
на июль 2021г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>40</b>	<b>34</b>	<b>55</b>	<b>681</b>	<b>74,91</b>
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	37,91
Овощи на поджаривание:						
Горошек зеленый консервированный	60	5,2	0,2	7,5	53	7,91
Кондитерское изделие промышленного производства — печенье	30	3,4	3,9	7,2	78	3,54
Кисломолочный продукт <i>кефир</i>	200	5,2	6,4	9,0	114	17,60
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	6,86
Хлеб пшеничный <i>Рябшущинское</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,10
<b>Обед</b>		<b>28,0</b>	<b>28,6</b>	<b>131,1</b>	<b>893</b>	<b>81,45</b>
Салат из капусты белокачанной с морковью	100	1,6	5,0	9,7	90	6,93
Суп картофельный с овощами с мясом со сметаной	250/15/5	7,2	5,9	19,9	162	22,85
Печень, тушеная в соусе	90/50	11,5	11,1	5,0	166	32,67
Каша гречневая вязкая	150	4,3	5,1	24,3	160	7,39
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	4,46
Хлеб пшеничный <i>Рябшущинское</i>	70	1,4	0,7	30,8	135	3,85
или Хлеб пшеничный витаминизированный	70					
Хлеб ржаной <i>Украинский</i>	60	1,4	0,8	22,7	103	3,30
<b>Полдник</b>		<b>13,5</b>	<b>13,4</b>	<b>57,8</b>	<b>406</b>	<b>35,50</b>
Булочка	80	5,5	6,7	36,0	226	12,70
Фрукт	100	0,3	0,3	11,1	48	11,80
Молоко кипяченое	200	7,7	6,4	10,7	131	11,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>81</b>	<b>76</b>	<b>244</b>	<b>1980</b>	<b>191,86</b>

Мед. Работник *Александрова С.И.*

Повар-бригадир *Мерин И.А.*