

нач. лагеря
Вашаева А.А.

Утверждаю:
[Подпись]

"22" июля 2021г.

Прокуткинская
районная
образовательная
школа

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	
Завтрак		13,8	18,4	103,4	634	50,44
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	14,63
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	7,83
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	7,79
Фрукт - <u>Яблоки</u>	152,5	1,3	0,7	37,5	162	18,00
Хлеб пшеничный <u>Родничков</u>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,10
или Хлеб пшеничный витаминизированный	20					
Хлеб ржаной <u>Украинский</u>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,10
Обед		32,4	31,7	123,3	909	74,22
Салат из капусты белокачанной	100	2,0	5,1	8,5	88	9,05
Суп-лапша домашняя с курицей	250/15	6,4	5,7	10,1	117	12,01
Рыба запечённая с маслом	100/5	17,5	13,9	3,1	208	22,77
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	15,69
Сок - <u>Кефирный</u>	200	0,5	0,0	34,0	138	9,20
Хлеб пшеничный <u>Родничков</u>	50	1,0	0,5	22,0	97	2,75
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50					
Хлеб ржаной <u>Украинский</u>	50	1,1	0,6	18,9	86	2,75
Полдник		17,1	18,3	38,6	388	16,52
Мучное изделие промышленного производства — печенье	40	9,3	9,6	16,8	191	4,72
Йогурт - <u>Клубничка</u>	125	7,7	8,7	9,2	146	10,63
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	1,18
ИТОГО:		63	68	265	1930	141,18

Мед. Работник [Подпись]

Повар-бригадир [Подпись]