

Утверждаю:  
 2021г.  
 "01" июля 2021г.



## Меню для детей в лагере дневного пребывания на лето 2021г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>17</b>	<b>25</b>	<b>86</b>	<b>637</b>	<b>36,67</b>
Суп молочный с крупой	250	5,9	8,9	25,8	207	12,69	
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	7,83	
Йогурт - <u>кефир</u>	125	7,7	8,7	9,2	146	10,63	
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	2,23	
Хлеб пшеничный <u>Роднички</u>	40	0,8	0,4	17,6	76	2,20	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						
Хлеб ржаной <u>Украинский</u>	20	0,6	0,2	7,6	35	1,10	
<b>Обед</b>			<b>35,7</b>	<b>29,0</b>	<b>103,2</b>	<b>815,1</b>	<b>90,55</b>
Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	16,03	
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/100	14,5	7,2	21,7	209	29,73	
Бедро или Грудка куриные запеченные "Домашние"	90	14,6	12,0	0,6	169	28,34	
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	6,56	
Компот из кураги	200	0,6	0,0	18,7	77	5,49	
Хлеб пшеничный <u>Роднички</u>	40	0,8	0,4	17,6	76	2,20	
или Хлеб пшеничный витаминизированный	40						
Хлеб ржаной <u>Украинский</u>	40	0,9	0,5	15,1	69	2,20	
<b>Полдник</b>			<b>13,0</b>	<b>10,0</b>	<b>66,7</b>	<b>409</b>	<b>29,04</b>
Пирожок печеный с картофелем	100	5,2	3,5	45,5	234	6,24	
Фрукт - <u>Яблоки</u>	100	0,1	0,1	10,5	43	11,80	
Молоко кипяченое	200	7,7	6,4	10,7	131	11,00	
<b>ИТОГО:</b>			<b>66</b>	<b>64</b>	<b>256</b>	<b>1861</b>	<b>156,26</b>

Мед. Работник Иванова И.С.  
 Повар-бригадир Курочкин В.В.