

Утверждаю:
Тундасова Г. С.
 "2" июля 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	
Завтрак		19,3	25,3	82,7	635	58,00
Каша кукурузная жидкая	200	5,5	5,9	27,0	183	14,97
Бутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	18,84
Кисломолочный продукт — кефир	200	5,2	6,4	9,0	114	13,66
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	7,79
Хлеб пшеничный <i>Робинзон</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,10
Хлеб ржаной <i>Украинский</i>	30	0,7	0,4	11,3	51	1,65
Обед		39,6	32,9	104,3	873	84,46
Овощи свежие — огурцы	60	0,4	0,1	1,2	7	9,46
Овощи консервированные или овощи свежие	60	0,5	0,1	0,9	6,5	
Уха с крупой	250/100	18,1	10,1	14,0	219	29,74
Курица, в соусе с томатом	100	14,1	15,6	1,8	204	20,78
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	15,36
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	18,8	77	3,63
Хлеб пшеничный <i>Робинзон</i>	50	1,0	0,5	22,0	97	2,75
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50					
Хлеб ржаной <i>Украинский</i>	50	1,1	0,6	18,9	86	2,75
Полдник		7,4	4,4	80	389	29,46
Кондитерское изделие промышленного производства — вафли	30	6,0	3,7	20,5	139	4,92
Сок - <i>Яблочный</i>	200	0,5	0,0	34,0	138	9,20
Фрукт - <i>Яблоко</i>	130	0,9	0,7	25,5	112	15,34
ИТОГО:		66	63	267	1897	171,92

Мед. Работник *Иванова И. С.*
 Повар-бригадир *Мерин С. С.*