

10 у

Утверждаю:

*Загуб Ч.О.*  
 "4" августа 2021г.

## Меню для детей в лагере дневного пребывания

на 4 августа 2021г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>14,5</b>	<b>19,3</b>	<b>104,3</b>	<b>648</b>	<b>50,98</b>
Каша их овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26,0	203	14,66
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	7,83
Фрукт	150	0,5	0,5	27,0	115	17,70
Какао с молоком	200	3,8	3,5	25,0	147	8,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,10
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,10
<b>Обед</b>		<b>29</b>	<b>34</b>	<b>118</b>	<b>893</b>	<b>92,55</b>
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	15,88
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	250/15/5	6,8	6,5	15,4	147	18,34
Котлета по хлыновски	100	14,1	14,8	12,7	240	34,04
Капуста тушеная	150	4,6	6,2	14,0	130	9,60
Сок	200	0,5	0,0	34,0	138	9,20
Хлеб пшеничный	50	1,0	0,5	22,0	97	2,75
или Хлеб пшеничный витаминизированный	50					
Хлеб ржаной	50	1,1	0,6	18,9	86	2,75
<b>Полдник</b>		<b>17,3</b>	<b>13,3</b>	<b>50,6</b>	<b>391</b>	<b>48,63</b>
Сырники из творога запеченные, с молоком сгущенным	150/20	17,2	13,3	38,0	341	47,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	1,63
<b>ИТОГО:</b>		<b>61</b>	<b>66</b>	<b>273</b>	<b>1933</b>	<b>192,16</b>

Мед. Работник \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_