

Утверждаю:
кач. копия
Кафетникова Р.В.
 "05" 2025г.



Меню для детей с 7 до 11 лет в лагере дневного пребывания
на *июль* 2025г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		29,5	31,2	60,6	641,2	93-24
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	36-94
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	7-49
<i>Овфршн. светиль</i>	<i>80</i>	<i>1,2</i>	<i>2,3</i>	<i>4,8</i>	<i>45</i>	<i>12-60</i>
<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>20/10</i>	<i>1,8</i>	<i>7,1</i>	<i>9,9</i>	<i>111</i>	<i>15-50</i>
Йогурт промышленного производства в ассортименте	125	1,7	4,5	10,5	89	18-75
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	2-00
Обед		33,5	29,1	132,6	926,4	145-33
<i>Нарезка из овощей</i>	<i>100</i>	<i>1,7</i>	<i>5,0</i>	<i>7,3</i>	<i>81</i>	<i>6-12</i>
Уха рыбацкая	250/60	10,8	4,9	12,2	136	54-97
Котлеты (из говядины и курицы)	100	15,4	15,6	15,8	265	46-12
Рис припущенный с овощами	150	2,5	2,5	30,0	153	21-48
<i>Компот из сухофруктов</i>	<i>200</i>	<i>0,9</i>	<i>0,0</i>	<i>27,0</i>	<i>112</i>	<i>6-65</i>
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	4-00
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103	6-00
Полдник		3,4	8,0	80,6	408	42-60
<i>Булочка про. франц</i>	<i>50</i>	<i>2,8</i>	<i>7,5</i>	<i>44,0</i>	<i>255</i>	<i>17-50</i>
<i>Сок фруктовый</i>	<i>200</i>	<i>0,1</i>	<i>0,0</i>	<i>12,6</i>	<i>51</i>	<i>17-00</i>
Фрукт в ассортименте	<i>90</i>	<i>0,5</i>	<i>0,5</i>	<i>24,0</i>	<i>103</i>	<i>16-20</i>
ИТОГО:		66	68	274	1976	281,17

Мед. Работник

Повар-бригадир

Астауров А.И.
Корень А.А.