

Утверждаю:
начальник лагеря ГИ Толстых

" 16 " июля 2025г.

Меню для детей с 7-11 лет в лагере дневного пребывания на 16 июля 2025 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		24,3	39,3	91,6	817	66,75
Каша 3 злака жидкая	200	9,5	7,7	34,0	243	27,80
Бутерброд с маслом	20/10	2,5	9,9	14,5	157	15,50
Чай с лимоном	200	7,7	8,7	9,2	146	3,95
Пряники Забава	50	4,2	12,8	25,1	232	17,50
Хлеб пшеничный 1 с	20	0,4	0,2	8,8	39	2,00
Обед		42,4	35,8	151,7	1098,2	117,31
Салат из свежих помидоров	100	2,1	5,1	9,8	94	17,46
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/15	8,7	5,9	15,5	150	37,50
Котлета из говядины "Богатырская"	120	19,5	15,2	15,1	275	41,26
гречка отварная	150	8,2	8,1	26,4	211	8,44
Компот из сухофруктов	200	0,9	0,0	27,0	112	6,65
Хлеб пшеничный 1 с	30	1,6	0,8	35,2	154	3,00
Хлеб ржаной дарницкий	30	1,4	0,8	22,7	103	3,00
Полдник		6,1	13,1	73,1	434,7	70,50
булочка Розанчик	50	4,2	12,8	25,1	232	17,50
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	17,00
Фрукт апельсины	182	1,4	0,3	14,0	64	36,00
ИТОГО:		73	88	316	2350	254,56

Мед. Работник

Повар-бригадир

Утверждаю:

начальник лагеря ГИ Толстых

" 16 " июля 2025 г.

Меню для детей в лагере дневного пребывания с 12 лет и старше на 16 июля 2025 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		16,7	30,6	97,9	734	77,98
Каша 3 злака жидкая	250	9,5	7,7	34,0	243	31,28
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	23,25
пряники Забава	50	4,2	12,8	25,1	232	17,50
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,5	62	3,95
Хлеб пшеничный 1 сорт	20	0,4	0,2	8,8	39	2,00
Обед		39,3	33,8	153,4	1074,6	130,31
Салат из свежих помидоров с кукурузой	100	2,1	5,1	9,8	94	17,46
Суп из овощей с фасолью с мясом	250/15	8,7	5,9	15,5	150	37,50
Котлета из говядины "Богатырская"	120	19,5	15,2	15,1	275	49,26
гречка отварная	200	5,1	6,1	28,1	188	5,44
Компот из сухофруктов	200	0,9	0,0	27,0	112	6,65
Хлеб пшеничный 1 сорт	80	1,6	0,8	35,2	154	8,00
Хлеб ржаной Дарницкий	60	1,4	0,8	22,7	103	6,00
Полдник		6,1	13,1	73,1	434,7	70,50
булочка Розанчик	50	4,2	12,8	25,1	232	17,50
Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	17,00
Фрукт апельсины	182	1,4	0,3	14,0	64	36,00
ИТОГО:		62	78	324	2243	278,79

Мед. Работник

Повар-бригадир