

Согласовано:



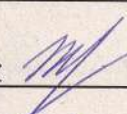
Начальник лагеря
Лынный Ю.Н.

МЕНЮ

10.06.2024 год (с 6-11 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Каша вязкая молочная рисовая	210	11,88	15,23	62,08	400,31	174
2. Какао с молоком	200	6,58	3,9	27,64	150,8	382
3. Сыр Российский	15	3,48	4,43	0	54,6	15
4. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	445	26,27	24,77	113,21	736,65	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2. Борщ с капустой и картофелем со сметаной	258	2,09	11,3	18,15	128,1	82
3. Котлета мясная	90	24,9	22,4	23,1	281	268
4. Картофель отварной	180	3,42	8,64	31,68	190,8	125
5. Компот из сухофруктов	200	0,08	0	22,02	87,6	349
6. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
7. Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	
Итого	831	35,42	43,75	121,94	831,44	
Итого за день	1276	61,69	68,52	235,15	1568,09	

Повар  Писаренко Н.В.

Кладовщик  Жукова С.А.

Медсестра  Жукова А.Ф.

Согласовано:



Начальник лагеря
Лынный Ю.Н.

МЕНЮ

10.06.2024 год (с 12 лет и старше)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Каша вязкая молочная рисовая	210	11,88	15,23	62,08	400,31	174
2. Какао с молоком	200	6,58	3,9	27,64	150,8	382
3. Сыр Российский	13	3,48	4,43	0	54,6	15
4. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	445	26,27	24,77	113,21	736,65	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2. Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,09	11,3	18,15	128,1	82
3. Котлета мясная	90	24,9	22,4	23,1	281	268
4. Картофель отварной	180	3,42	8,64	31,68	190,8	125
5. Компот из сухофруктов	200	0,08	0	22,02	87,6	349
6. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
7. Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	
Итого	831	35,42	43,75	121,94	831,44	
Итого за день	1276	61,69	68,52	235,15	1568,09	

Повар Писаренко Н.В.

Кладовщик Жукова С.А.

Медсестра Жукова А.Ф.