

Согласовано:



Начальник лагеря
Лытвик Ю.Н.

МЕНЮ

11.06.2024 год (с 6-11 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Картофель отварной	168	3,04	7,5	28,16	169,6	125
2. Сельдь с луком	85	16,83	19,75	4,93	151,3	76
3. Напиток из шиповника	200	0,68	0	36,2	143,8	388
4. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	473	24,72	28,44	91,8	590,8	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2. Суп картофельный с крупой	200	1,6	4,36	18,78	93	101
3. Котлета из птицы	80	26,7	22,04	18,53	276,45	294
4. Каша пшеничная с маслом	170	7,12	13,46	48,78	286,32	171
5. Кисель из сухофруктов	200	0,4	0	39,58	159	354
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	775	40,71	41,29	152,38	956,47	
Итого за день	1270	65,43	69,73	244,18	1547,27	

Повар

Писаренко Н.В.

Кладовщик

Жукова С.А.

Медсестра

Жукова А.Ф.

Согласовано:



Начальник лагеря
Лытчик Ю.Н.

МЕНЮ

11.06.2024 год (с 12 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Картофель отварной	189	3,42	8,64	31,68	190,8	125
2.Сельдь с луком	85	16,83	19,75	4,93	151,3	76
3.Напиток из шиповника	200	0,68	0	36,2	143,8	388
4.Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	494	22,55	28,59	82,57	534,3	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1.Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2.Суп картофельный с крупой	250	2	5,45	23,48	116,25	101
3.Котлета из птицы	100	28,1	23,2	19,5	291	294
4. Каша пшеничная с маслом	190	7,96	15,04	54,52	320	171
5.Кисель из сухофруктов	200	0,4	0	39,58	159	354
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	850	43,35	45,12	163,79	1027,95	
Итого за день	1344	66,1	73,71	246,36	1562,25	

Повар

Писаренко Н.В.

Кладовщик

Жукова С.А.

Медсестра

Жукова А.Ф.