

Согласовано:

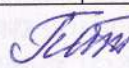


Начальник лагеря
Дынный Ю.Н.

МЕНЮ

18.06.2024 год (с 6-11 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Запеканка из творога с молоком сгущенным	180/40	67,1	12,47	45,1	421,67	223
2. Ряженка	200	11,2	6,4	9	110	386
3. Пряник (кондитерское изделие)	1шт	4,2	1,6	15,3	96,8	
Итого	489	82,5	20,47	69,4	628,47	
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	250	1,88	4,48	21,91	105,84	97
3. Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	17,5	9,1	8,2	99	229
4. Пюре картофельное	180	4,57	6,73	25,69	159,12	312
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	
8. Масло сливочное	10	0,2	7,2	0,2	66,2	14
Итого	850	29,12	28,94	104,73	659,46	
Итого за день	1339	111,62	49,41	174,13	1287,93	

Повар  Писаренко Н.В.

Кладовщик  Жукова С.А.

Медсестра  Жукова А.Ф.

Согласовано:



Начальник лагеря
Лынный Ю.Н.

МЕНЮ

18.06.2024 год (с 12 лет и старше)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/40	73,2	13,6	49,2	460	223
2. Ряженка	200	11,2	6,4	9	110	386
3. Пряник (кондитерское изделие)	1шт	4,2	1,6	15,3	96,8	
Итого	509	88,6	21,6	73,5	666,8	
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	250	1,88	4,48	21,91	105,84	97
3. Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,5	9,1	8,2	99	229
4. Пюре картофельное	180	4,57	6,73	25,69	159,12	312
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	
8. Масло сливочное	10	0,2	7,2	0,2	66,2	14
Итого	850	29,12	28,94	104,73	659,46	
Итого за день	1359	117,72	50,54	178,23	1326,26	

Повар  Писаренко Н.В.

Кладовщик  Жукова С.А.

Медсестра  Жукова А.Ф.