

Согласовано:  Начальник лагеря: Дебушевская М.А.

МЕНЮ

01.07.2024 год (с 6-11 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Каша вязкая молочная из гречневой крупы	200/10	12,1	14,1	48	329	173
2. Масло сливочное	10	0,2	7,2	0,2	66,2	14
3. Сыр «Российский»	15	3,48	4,43	0	54,6	15
4. Какао с молоком	200	6,4	2,86	29,26	151,8	379
5. Хлеб пшеничный	22	1,62	0,2	9,76	48,4	
Итого:	457	23,8	28,79	87,22	650	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	60
2. Суп картофельный с горохом	250	5,08	10,7	26,7	163,75	250
3. Сельдь с луком	90	16,83	19,75	4,93	151,3	85
4. Пюре картофельное	180	4,57	6,73	25,69	159,12	180
5. Кисель из сухофруктов	200	0,4	0	39,58	159	200
6. Хлеб пшеничный	22	1,62	0,2	9,76	48,4	
7. Хлеб ржаной	23	2,55	0,99	12,75	77,7	
Итого	825	31,77	38,61	123,61	774,87	
Итого за день	1282	55,57	67,4	210,83	1424,87	

Повар  Писаренко Н.В.

Кладовщик  Жукова С.А.

Медсестра  Жукова А.Ф.