

Согласовано

Начальник лагеря
Лынный Ю.Н.

МЕНЮ

06.06.2024 год (с 6-11 лет)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10	12,1	14,1	48	329	173
2. Сыр «Российский»	15	3,48	4,43	0	54,6	15
3. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
4. Чай с лимоном	200/15/7	0,2	0	16,1	65	377
Итого:	466	17,4	18,73	73,86	497	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2. Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	9,85	13,88	96,8	88
3. Рагу из птицы	80/150	34,69	33,25	29,57	358,8	289
4. Компот из сухофруктов	200	0,08	0	22,02	87,6	349
5. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
6. Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	
Итого:	740	41,26	44,53	92,18	684,9	
Итого за день	1206	61,41	71,45	178,99	1181,9	

Повар  Писаренко Н.В.Кладовщик  Жукова С.А.Медсестра  Жукова А.Ф.

Согласовано:



Начальник лагеря
Лынный Ю.Н.

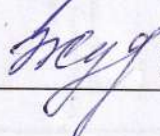
МЕНЮ

06.06.2024 год (с 12 лет и старше)

Завтрак	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10	12,1	14,1	48	329	173
2. Чай с лимоном	200/15/7	0,2	0	16,1	65	377
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:	466	17,4	18,73	73,86	497	
Обед	Вес(гр)	Белки	Жиры	Углеводы	ККАЛ	№ Рецептур
1. Овощи свежие: помидоры	60	0,72	0,24	4,2	15,6	71
2. Цу из свежей капусты с картофелем	250	1,6	9,85	13,88	96,8	88
3. Рагу из птицы	100/150	37,71	36,14	32,14	390	289
4. Компот из сухофруктов	200	0,08	0	22,02	87,6	349
5. Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	
6. Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	
Итого:	810	44,28	47,42	94,75	716,1	
Итого за день	1276	61,68	66,15	168,61	1213,1	

Повар  Писаренко Н.В.

Кладовщик  Жукова С.А.

Медсестра  Жукова А.Ф.