



Меню
Лагерь дневного пребывания "Солнышко"
Дети с 7 до 11 лет

Пятница первая неделя
На 02 июня 2023 год

Завтрак						
Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
60	Огурец в нарезке	0,5	0,1	1,5	9	4,75
170	Омлет натуральный	14	18,22	3,94	236	35,75
200	Чай с лимоном	0,1	0,05	15,2	61	2,45
40	Хлеб пшеничный	3,04	0,32	19,68	94	2,59
35	Зефир	0,73	3,46	24,15	133	7,49
505	Итого за прием пищи:	18,37	22,15	64,47	533	53,03
Обед						
60	Салат из свежих овощей	0,67	3,67	2,35	45	4,81
200	Суп картофельный с крупой рисовой	1,61	2,15	12,69	77	5,59
100	Котлеты или биточки рыбные	12,69	9,12	19,28	210	22,68
30	Соус томатный	0,35	1,26	2,41	22	1,68
150	Картофельное пюре	3,05	5,78	19,78	143	14,35
200	Сок фруктовый пром.производства	1	0	20,2	85	5,67
50	Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	118	3,24
39	Хлеб ржаной	2,57	0,47	13,03	68	3,35
100	Фрукты или ягоды свежие (клубника)	0,8	0,4	6,3	34	15,00
929	Итого за прием пищи:	26,54	23,25	120,64	802	76,37
1434	Всего за день:	44,91	45,4	185,11	1335	129,40

При приготовлении использована соль пищевая йодированная
Проводится С-витаминизация третьих блюд

Заведующая _____ *Г.В.Эжбаева*

Медицинский работник _____