

Утверждаю
Начальник лагеря дневного пребывания
«Родничок»

А.Н. Халиманова
« 21 » июня 2023 г.



Меню
« 21 » июня 2023г.
7-11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 15								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	22,56
	Сыр (порциями)	20	3,68	4,64	0,00	56,48	205	14,04
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204	13,11
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,18	43,26	392	3,68
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		501	15,19	24,02	72,48	570,73		57,25
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57	12,53
	Бефстроганов из говядины	100	12,71	11,43	7,06	179,03	7/8	100,65
	Пюре картофельное с маслом	150	3,99	4,38	27,14	165,87	572.1	17,65
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	7,9
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
	Сок фруктовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	10,14
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	52,91
ИТОГО ЗА ОБЕД		856,00	27,97	27,33	116,77	793,38		205,64
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1357,00	43,16	51,35	189,25	1364,11		262,89

Повар