

Утверждаю.

Начальник лагеря: *Т.В. Чулкова* /Т.В. Чулкова/

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. ценнос-ть, ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
Неделя 1 День 1	ДЕНЬ № 1- завтрак						
	Каша молочная пшеничная	200	8,3	11,7	37,5	288,0	54-6к-2020
	Бутерброд с сыром	50	16,0	1,0	70,0	335,49	8
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн-2020
	Итого завтрак:		24,5	12,7	114	650,29	
	ДЕНЬ № 1- обед						
Неделя 1 День 1	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,2	3,1	62,5	54-53-2020
	Суп картофельный с горохом	250	5,66	5,46	26,16	167,88	206
	Пюре картофельное	200	4,20	10,60	29,40	150,00	694
	Котлета куриная	100	16,80	16,96	15,68	197,60	668
	Компот и свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	883
	Хлеб ржаной	70	3,30	0,60	16,70	87,00	
	Фрукты свежие в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	Итого обед:		31,56	39,32	118,04	779,98	