

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	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
Неделя 1 День 5 06.06.2020г.	ДЕНЬ № 5- завтрак						
	Каша "Дружба"	200	5,0	6,9	23,9	178	54-16к-2020
	Блины с маслом сливочным	150/10	11,3	17,65	62,8	428	267
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн-2020
	Итого завтрак:		16,5	24,55	93,2	632,8	
	ДЕНЬ № 5- обед						
Неделя 1 День 5	Салат из капусты с помидорами и огурцами	100	1,3	10,1	3,5	110	54-6з-2020
	Суп с макаронными изделиями	250	3,64	4,88	18,68	154,20	213
	Каша рассыпчатая гречневая	200	9,94	7,48	47,78	307,26	679
	Сосиска отварная	100	10,4	20,00	21,20	224,00	536
	Напиток из сока	200	1,3	0,0	25,0	105,2	874
	Хлеб ржаной	70	4,83	0,91	28,63	145,6	
	Фрукты свежие в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
	Итого обед:		5,96	43,77	154,59	1093,26	