

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 6 <i>07.06.2020</i>	ДЕНЬ № 6- завтрак						
	Суп молочный с вермишелью	200	4,00	2,96	24,26	133,82	120
	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:		20,2	3,96	100,76	496,11	
Неделя 1 День 6	ДЕНЬ № 6- обед						
	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,2	3,1	62,5	54-5з-2020
	Щи из свежей капусты	250	1,0	0,15	7,54	34,1	88
	Рис отварной	200	11,64	19,48	100	596,94	304
	Рыба припущенная	100	16,90	0,65	0,31	75,00	245
	Компот и свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	883
	Хлеб ржаной	70	4,83	0,91	28,63	145,6	
	Фрукты свежие в ассортименте	100	1,5	0,5	21	96	
	Пряник	100	4,8	77,7	2,8	335,8	
	Итого обед:		41,87	104,69	369,58	1413,94	