

Утверждаю.

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-16 лет

Дата: 09.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
День 7	ДЕНЬ № 7- завтрак						
	Каша молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6	54-25к
	Батон	60	4,5	1,74	30,84	157,2	б/н
	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	14,00	28,00	943
	Пряники	50	3,84	3,06	48,75	237,9	б/н
	Итого завтрак:						
День 7	ДЕНЬ № 7- обед						
	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	100	2,4	5,8	5,0	85,0	202
	Суп картофельный с крупой	250	2,18	2,84	14,29	91,50	204
	Макароны отварные	180	6,12	5,2	36,00	215,3	203
	Котлета куриная	100	14,2	11,4	13,0	214,0	608
	Напиток	200	1,3	0,00	25,0	105,2	874
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,32	0,6	26,5	124,5	б/н
	Фрукты свежие в ассортименте	150	1,35	0,30	12,15	64,5	338М
	Итого обед:	1040	30,87	26,14	131,94	900	