

Утверждаю.

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет

Дата: 03.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1	2	3	4	5	6	7	
Неделя 1 День 2	ДЕНЬ № 2- завтрак						
	Каша молочная рисовая	200	5,3	5,4	5,4	184,5	54-25к
	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
	Батон	50	4,5	1,74	30,84	157,2	б/н
	Итого завтрак:	610	21,3	24,79	105,54	796,5	
	ДЕНЬ № 2- обед						
Неделя 1 День 2	Салат из капусты с помидорами и огурцами	100	2,4	5,8	5,0	85	302
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	4,91	12,74	102,50	170
	Гуляш из курицы	100	28,33	28,79	6,21	266,00	643
	Макароны отварные	150	5,1	4,4	30,00	180,00	203
	Компот	200	0,66	0	32,01	131,49	349
	Хлеб ржаной	70	4,83	0,91	28,63	145,6	
	Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	б/н
	Итого обед:	1020	43,74	45,41	129,29	981,09	