

Утверждаю.

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет

Дата: 13.06.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
День 10	ДЕНЬ № 10- завтрак						
	Каша "Дружба"	200	5,0	6,9	23,9	178	54-16к-2020
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,00	28,0	943
	Батон	60	4,5	1,74	30,84	157,2	б/н
	Итого завтрак:	460	9,7	8,64	68,74	363,2	
	ДЕНЬ № 10- обед						
День 10	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,2	3,0	62,7	54-5з
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	4,91	12,74	102,50	
	Пельмени с маслом	200	16,3	20,8	25,46	437,34	323
	Компот	200	0,04	0,0	24,76	94,20	868
	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:	960	23,83	31,81	104,61	885,74	