

Возрастная категория
с 7 до 11 лет

МЕНЮ

от 27.06.2023

Утверждаю
Сембенцова И.И.
Начальник лагеря
М.П.

День 9

ЗАВТРАК

№ реп.	Наименование блюда	Масса порц.,г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной	80	1,04	1,84	5,84	44
401/3	Гуляш	90	26,28	26,82	4,23	330,52
169	Каша рисовая рассыпчатая	150	7,23	13	46	330,52
376	Чай с сахаром	200	1	0,02	9,9	35
Пр-во	кондитерское изделие	40	3,2	1,9	16,5	430
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	570	37,85	42,18	83,07	954,8

ОБЕД

№ реп.	Наименование блюда	Масса порц.,г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
33	Салат Пестрый	60	0,6	2,7	6,48	52,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	1,6	1,54	11,6	68
230	Рыба припущенная с овощами	90	6,89	0,9	2,86	47,25
202	Макароны отварные	150	5,47	4,17	33,25	196,3
58	Кисель ягодный	200	0	0	20	76
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	Итого	750	17,76	9,81	91,29	570,55
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		55,61	51,99	174,36	1579,8