

Возрастная категория  
с 7 до 11 лет

# МЕНЮ

от 28.06.2023

Утверждаю

*Смирнов*  
*Семьяковский С.И.*

Начальник лагеря

М.П.

## День 8

### ЗАВТРАК

№ реп.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
171	Каша рисовая рассыпчатая с изюмом	200	2,2	11,04	27,88	220
15	Сыр твердый	30	6,96	8,85	0	109,2
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35
Пр-во	Пирожки печеные с яблоками	100	5,4	4,5	41,5	228
Пр-во	Конд. изделие	151	1,5	6	74	360
	Хлеб йодированный	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>17,86</b>	<b>24,91</b>	<b>96,38</b>	<b>722,4</b>

### ОБЕД

№ реп.	Наименование блюда	Масса порц., г	Пищевые вещества, г			Энер.цен. Ккал
			Б	Ж	У	
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,44
101	Суп картофельный с рисом	200	1,6	1,54	11,6	68
347	Котлеты рубленные из птицы	90	15,4	10,8	15	210
131	Картофельное пюре	150	3,06	5,28	19,5	140,22
401	Кефир йодированный	200	5,8	5	8	106
	Апельсин	100	0,6	0,6	4,7	70,5
Пр-во	Йогурт	100	2,6	1,2	15,6	85
Пр-во	Сок	200	1	0	25,4	110
	Хлеб	50	3,2	0,5	17,1	130,2
	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>30</b>	<b>23,47</b>	<b>76,61</b>	<b>706,86</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>47,86</b>	<b>48,38</b>	<b>172,99</b>	<b>1429,26</b>