

Утверждаю:

нач. лагеря Бердников
"03." июля 2025г.

**Меню для детей с 12 лет и старше в лагере дневного пребывания
на 3 июля 2025г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		25,9	23,2	31,1	436,8	
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	31,87
Чай с молоком	200	2,8	2,5	19,9	113	15,33
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,72
Обед		34,6	31,2	120,2	899,5	
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,7	5,0	7,3	81	20,74
Уха рыбацкая	250/80	12,5	6,1	12,2	154	42,45
Котлеты (из говядины и свинины)	100	15,4	15,6	15,8	265	62,39
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	200	2,8	3,8	33,3	178	26,75
Компот из сухофруктов	200	0,9	0,0	27,0	112	7,88
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	2,57
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,4	52	2,57
Полдник		3,6	8,2	85,5	430	
Булочка домашняя	50	2,8	7,5	44,0	255	22,10
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	1,88
Апельсин	200	0,7	0,7	28,9	125	44,20
ИТОГО:		64	63	237	1766	282,45

Мед. Работник

Повар-бригадир

Смирнов