



Утверждено
О.В. Каларева
2021 года

Примерное 10-ти дневное меню

В лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципального образования "Сельские учреждения"

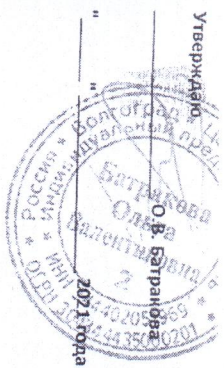
7 день *22.06.21*



2021 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,5	6,3	33,6	213,1	311	2004
Булгурбород с повидлом №2	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	2	2004
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Итого за прием пищи:	500	9,0	13,6	99,7	552,0		
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Щи из вежей капуста с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88	2011
Птица, тушеная в соусе с овощами №488	150	12,7	16,9	10,8	246,9	488	2004
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:	710	22,4	22,0	90,2	647,2		
Всего за день:		31,4	35,6	189,9	1199,2		

составила Стрелова



Утверждено

Примерное 10-ти дневное меню

В лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет на базе муниципального центра занятости в период каникул при 2-х разовом питании

7 день *22.06.21*



Согласовано

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	250	7,1	7,9	41,9	266,1	311	2004
Бутерброд с повидлом №2	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	2	2004
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Итого за прием пищи:	550	10,6	15,2	108,0	605,0		
Обед							
Овощи по сезону (отруец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6		
Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,9	5,1	9,3	90,5	88	2011
Птица, тушенная в соусе с овощами №488	200	16,7	22,4	14,4	328,4	488	2004
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:	850	27,7	28,8	100,8	771,6		
Всего за день:		38,3	44,0	208,8	1376,6		

Шобар Анна Сергеевна