

Утверждено: **О.В. Батякова**
 2021 года
 В лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет на базе муниципальных образований Волгоградской области

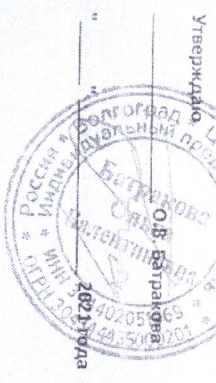


Примерное 10-ти дневное меню

в период каникул при 2-х разовом питании
 8 день *23.06.21*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецен-туры	Сборник рецентур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями №160	250	5,6	4,8	21,0	150,7	160	2004
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
Итого за прием пищи:	500	8,8	12,3	55,4	368,0		
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102	2011
Котлета рубленая с белокочанной капустой №455	90	11,7	13,7	12,0	216,9	455	2004
Картофельное пюре или картофель отварной №520, №518	150	3,2	4,6	21,6	140,3	520, 518	2004
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4	699	2004
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:	800	27,8	23,8	125,1	823,1		
Всего за день:		36,6	36,1	180,5	1191,1		

Собор Б.И. Верхова



Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет на базе муниципальных образований образовательных учреждений

8 день 23.06.14



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями №160	300	6,9	5,7	25,2	180,8	160	2004
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
Итого за прием пищи:	550	10,1	13,2	59,6	398,1		
Обед							
Овощи по сезону (отруба свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6		
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	102	2011
Котлета рубленая с белокочанной капустой №455	100	13,0	15,3	13,3	242,3	455	2004
Картофельное пюре или картофель отварной №520, №518	180	3,8	5,6	25,8	168,4	520, 518	2004
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4	699	2004
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:	935	31,8	27,6	139,5	930,7		
Всего за день:		41,9	40,8	199,1	1328,8		

сборщик З.Ф. Герасов