

Примерное меню в лагерьх с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
 на базе муниципальных образовательных учреждений



130611



Согласовано
 [Signature]

Сборник рецептов	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
2004	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №62	200		5,5	3,4	32,4	181,8
2004	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/30		3,1	0,2	38,4	164,7
2011	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200		0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:				10,9	3,8	96,2	458,7
Обед							
2011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	60		0,5	0,1	1,5	8,1
2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ТК №119 (ГОРОХ)	200		5,8	3,9	14,9	117,8
2004	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТК №492	50		2,3	3,2	23,6	132,5
2004	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200		0,2	0,2	14,5	60,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,7	0,3	24,3	114,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40		2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:				15,0	8,1	96,3	513,2
Всего за день:				25,9	11,9	191,5	971,9

И.В.Бер. Сернова

Примерное дневное меню в лагерьях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
на базе муниципальных образовательных учреждений

13.06.21

9 день

Директор
Ирина Ивановна



Сборник рецептур	№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак								
2004	302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82	250	7,1	3,9	42,2	232,4	
2004	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/30	3,1	0,2	38,4	184,7	
2011	392	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3	
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	
Итого за прием пищи:				12,5	4,3	106,0	509,3	
Обед								
2011	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №71	100	0,8	0,1	2,4	13,6	
2011	119	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ТК №119 (ГОРОХ)	250	7,3	4,5	18,7	143,8	
2004	492	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТК №492	200	3,0	4,3	31,5	177,1	
2004	631	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТК №631	200	0,2	0,2	14,5	60,8	
	6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8	
	7	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Итого за прием пищи:				19,7	10,0	120,9	651,8	
Всего за день:				32,2	14,3	226,9	1161,1	

Шварц Степановна В.С.