

**Детский оздоровительный лагерь
«Звездный Бриз»**

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

И.В. Рассолова

« 10 » июня 2021 г.

Меню

10 июня (17 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к «Сервелат»	30/15/10	122,0	30/20/10	122,0
	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом	200/5	244,0	250/5	301,3
	Кофейный напиток с молоком	200	89,3	200	89,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	78,3	30	78,3
	Батон «Подмосковный»	30	168,0	50	235,0
Обед	Суп «Снежок» зеленью	250/15/1	145,5	300/20/1	203,7
	Тефтели из говядины паровые	90		100	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	109,6	200	172,2
	Соус томатный	50	52,9	50	52,9
	Компот из ягод, замороженных (вишня)	200	215,6	200	295,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Отрубной»	30	100,8	50	124,1
Полдник	Печенье песочное	35	157,9	35	157,9
	Сок фруктовый	200	144,0	200	144,0
	Фрукт (Яблоко)	140	94,0	140	94,0
Ужин	Огурцы свежие порционно	100	14,0	100	14,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Птица, запеченная в сметане	120	217,1	120	217,1
	Рагу из овощей	200		230	
	Чай чёрный с лимоном	200	76,6	200	76,6
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	130,0
	Хлеб «Бородинский»	50	120,	50	150,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	114,0	200	114,0
	Печенье овсяное промышленного производства	35	152,9	35	152,9

Зам. Начальника по ВР

Мед.работник

Пожидаева Е.Г.