

**Детский оздоровительный лагерь  
«Звездный Бриз»**

**УТВЕРЖДАЮ:**

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

И.В. Рассолова

« 12 » июля 2021 г.

**Меню**

**12 июля (19 день)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/15/10	122,0	30/20/10	152,6
	Каша молочная кукурузная с маслом	200	261,3	200	297,9
	Какао с молоком	200	118,0	200	118,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	156,6	30	156,6
	Батон «Подмосковный»	30	78,0	50	105,0
Обед	Суп пюре из разных овощей с гречками и зеленью	250/15/1	104,2	300/20/1	145,8
	Запеканка из печени с рисом	30	112,0	30	112,0
	Овощная смесь «Мексиканская»	140	254,0	150	300,0
	Соус молочный с морковью	100	125,0	100	187,0
	Компот из ягод, замороженных (смородина)	50	132,0	50	132,0
	Хлеб 1 сорт	200	104,0	200	104,0
	Хлеб «Отрубной»	30	68,1	50	135,5
Полдник	Кукурузные хлопья	30	70,5	50	120,6
	Молоко кипяченое	35	265,0	35	265,0
	Фрукт (банан)	200	112,0	200	112,0
Ужин	Фрукт (банан)	200	182,0	200	182,0
	Перец болгарский свежий порционно	100	66,0	100	66,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Бифштекс «Андрон»	90	182,0	100	202,0
	Каша пшеничная вязкая	150	160,5	200	224,3
	Чай зелёный с сахаром	200	48,6	200	48,6
	Хлеб 1 сорт	40	100,8	60	100,8
2 ужин	Хлеб «Бородинский»	50	94,0	50	150,5
	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное «Сливочное раздолье» промышленного производства	35	71,3	35	71,3

Зам. Начальника по ВР

Мед.работник

Пожидаева Е.Г.