

Детский оздоровительный лагерь
«Звездный Бриз»

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

И.В. Рассолова

« 6 » июля 2021 г.

Меню
6 июля (13 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с колбасой в/к	30/15/10	122,0	30/20/10	122,0
	Каша манная молочная с маслом	200/5	261,3	250/5	297,9
	Чай чёрный с молоком	200	61,6	200	61,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	78,3	30	78,3
	Батон «Подмосковный»	30	168,0	50	235,0
Обед	Помидоры свежие порционно	60	23,0	100	33,0
	Суп «Снежок» с зеленью	250/15/1	145,5	300/20/1	203,7
	Биточки из говядины с луком	90	276,3	100	307,0
	Бобовые (горох) отварные с маслом	150/5	176,2	200/5	212,6
	Компот из яблок и ягод замороженных(смородина)	200	71,0	200	71,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Бородинский»	30	73,5	50	122,5
Полдник	Печенье песочное	35	435,0	35	435,0
	Сок фруктовый	200	144,0	200	144,0
	Фрукт (нектарин)	200	182,0	200	182,0
Ужин	Икра из свеклы	100	53,0	100	53,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Биштекс рубленый из мяса птицы	120	217,1	120	217,1
	Каша гречневая рассыпчатая	150	109,6	200	172,2
	Чай «зелёный» с сахаром	200	48,6	200	48,6
	Хлеб 1 сорт	40	103,0	60	103,0
	Хлеб «Минский»	50	94,0	50	164,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Пряник промышленного производства	35	154,9	35	154,9

Зам. Начальника по ВР _____ Пожидаева Е.Г.

Мед. работник _____