

Детский оздоровительный лагерь  
«Звездный Бриз»

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛ «Звездный Бриз»

И.В. Рассолова

« 04 » июля 2021 г.

Меню

4 июля (11 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Масло сливочное 72%	10	66,0	10	66,0
	Омлет натуральный	150	255,1	200	306,1
	Какао с молоком	200	89,3	200	89,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	78,3	30	78,0
	Батон «Подмосковный»	60	156,6	80	168,0
Обед	Борщ украинский с зеленью	250/15,1	138,2	300/20/1	193,6
	Биточек из говядины с луком	90	189,0	100	219,0
	Рис припущенный с томатом	150	182,0	200	202,0
	Соус сметанный с томатом	50	52,9	50	52,9
	Компот из замороженных ягод (вишня)	200	215,6	200	295,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Бородинский»	30	72,36	50	120,6
Полдник	Пряник	35	112,0	35	112,0
	Сок фруктовый в ассортименте	200	114,0	200	114,0
	Фрукт (яблоко)	200	94,0	200	94,0
Ужин	Перец болгарский порционно	100	23,0	100	23,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Котлета из мяса птицы с сыром	120	315,6	120	351,6
	Картофель тушеный с зеленью	200	227,0	230	238,0
	Чай чёрный с лимоном	200	76,6	200	76,6
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	130,0
	Хлеб «Отрубной»	50	120,0	50	150,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Йогурт»	200	114,0	200	114,0
	Печенье промышленного производства	35	138,3	35	138,3

Зам. Начальника по ВР  
Медицинский работник

Пожидаева Е.Г.