

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛКД «Пионер»

Т.М.Ципулина

МЕНЮ

20 июля

(4 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Масло сливочное 72% порционно	10	109,0	10	109,0
	Яйцо вареное	1/40	74,5	1/40	74,5
	Каша манная молочная с маслом	200/5	244,0	250/5	283,95
	Чай черный с молоком	200	48,6	200	48,6
	Хлеб ржано пшеничный	30	168,0	30	168,0
	Батон Подмосковский	60	130,5	80	152,7
Обед	Помидоры свежие порционно	60	12,0	100	19,9
	Суп картофельный с рыбой и зеленью	250/1	145,5	300	203,7
	Сердце в соусе	90/50	182,0	100/50	202,0
	Картофельное пюре	150	263,9	200	352,0
	Компот из ягод сушеных (изюм)	200	78,0	200	78,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб Бородинский	30	68,1	50	113,5
Полдник	Булочка «Серпантин»	50	112,0	50	112,0
	Сок фруктовый (виноградный)	200	112,0	200	112,0
	Фрукт (мандарин)	150	76,0	150	76,0
Ужин	Икра морковная	100	43,0	100	43,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Плов из говядины	300	259,0	300	259,0
	Чай черный с натуральными добавками (клюква)	200	61,6	200	61,6
	Хлеб «Минский»	50	122,5	50	122,5
	Хлеб 1 сорт	40	120,0	60	154,6
2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	114,0	200	114,0
	Печенье сдобное промышленного производства	35	161,7	35	161,7

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра

Л.Ф. Смольникова
О.Ю.Савельева
А.С.Санникова