

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛЖД «Пионер»

Т.М.Ципулина

МЕНЮ

28 июля

(12 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с сыром	30/15/10	122	30/20/10	152
	Каша молочная пшенная 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	Рассольник ленинградский с зеленью	250/15/1	147,5	300/20/1	206,5
	Рыба (филе) тушеная в сметанном соусе	120/50/30	230,0	120/50/30	230,0
	Картофельное пюре	150	160,45	200	224,3
	Компот из яблок со смородиной	200	105,0	200	105,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб Минский	30	100,8	50	124,1
Полдник	Булочка «Лакомка»	35	116,3	35	116,3
	Сок фруктовый (грушевый)	200	114,0	200	114,0
	Фрукт (мандарин)	150	57,0	150	57,0
Ужин	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Икра свекольная	100	78,0	100	78,0
	Колбасные изделия отварные(сосиски)	120/5	217,1	120/5	217,1
	Каша гречневая рассыпчатая	150	264,0	200	361,8
	Соус томатный	50	52,9	50	52,9
	Компот из ягод, сушеных (изюм)	200	48,6	200	48,6
	Хлеб Бородинский	50	124,1	50	124,1
	Хлеб 1 сорт	40	130,0	60	150,0
2 ужин	Кисломолочный продукт «Варенец»	200	100,0	200	100,0
	Печенье овсяное промышленного производства	35	152,9	35	152,9

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра

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