

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЛЖД «Пионер»
Т.М.Ципулина

МЕНЮ

29 июля

(13 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Бутерброд с джемом (индивидуальная упаковка)	30/15/10	122,0	30/15/10	122,0
	Колбаса в/к «Сервелат» порционно	15	61,5	20	82,0
	Омлет натуральный	150	261,3	200	297,9
	Чай черный с натуральными добавками (черника)	200	61,6	200	61,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	78,3	30	78,3
	Батон «Подмосковный»	30	168,0	50	235,0
Обед	Суп картофельный с сыром, зеленью и гречками	250/15/1	145,5	300/20/1	203,7
		30	112,0	30	112,0
	Шашлычок из мяса птицы	120	276,3	120	276,3
	Рис припущенный	150	176,2	200	212,6
	Компот из 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	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	435,0	200/25	435,0
	Сок фруктовый (виноградный)	200	144,0	200	144,0
	Фрукт (банан)	200	182,0	200	182,0
Ужин	Помидоры свежие порционно	100	53,0	100	53,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Котлета домашняя	90	217,1	100	276,0
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	109,6	200	172,2
	Чай зеленый с сахаром	200	48,6	200	48,6
	Хлеб «Минский»	50	103,0	50	103,0
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	164,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Кефир»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное промышленного производства	35	154,9	35	154,9

Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра

Л.Ф. Смольникова

О.Ю.Савельева

А.С.Санникова