

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник

ДОЖД «Пионер»

Т.М.Ципулина

# МЕНЮ

31 июля

(15 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	66,0	10	66,0
	Каша молочная Рябчик с маслом	200/5	255,1	250/5	306,1
	Чай черный с натуральными добавками(черника)	200	89,3	200	89,3
	Батон «Подмосковный»	60	156,6	80	168,0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	78,3	30	208,8
Обед	Борщ украинский с зеленью	250/15/1	138,2	300/20/1	193,6
	Мясо отварное (говядина)	90	275,4	100	275,4
	Рис припущенный с овощами	150	216,6	200	288,8
	Компот из ягод замороженных (смородина)	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Бородинский»	30	60,3	50	120,6
Полдник	Булочка «Сезам»	50	126,0	50	126,0
	Напиток цитрусовый	200	48,6	200	48,6
	Фрукт (банан)	200	96,0	200	96,0
Ужин	Помидоры свежие порционно	100	75,4	100	75,4
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Котлета рыбная любительская	120	162,0	120	162,0
	Картофель тушеный с зелень	200	223,5	230	253,8
	Кисель плодово-ягодный	200	48,6	200	48,6
	Хлеб «Минский»	50	124,1	50	124,1
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	150,5
2 ужин	Кисломолочный продукт «Снежок»	200	158,0	200	158,0
	Пряник мятный промышленного производства	35	186,3	35	186,3

Начальник медицинской службы  
Заведующая столовой  
Диетическая сестра

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