

УТВЕРЖДАЮ:

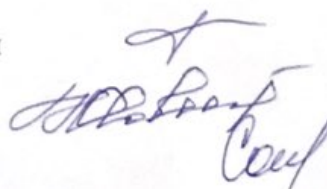
Начальник

 Т.М.Ципулина
ДОЛЖД «Пионер»

Меню
30 июля
(14 день оздоровительного заезда)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (7-10 лет)	Ккал	Выход блюда (11-17 лет)	Ккал
Завтрак	Масло сливочное порционно 72%	10	66,0	10	66,0
	Яйцо вареное	1/40	57,2	1/40	57,2
	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	226,0	250/5	263,0
	Чай черный с сахаром	200	48,6	200	48,6
	Батон «Подмосковный»	60	130,5	80	168
	Хлеб ржано-пшеничный	30	70,5	30	70,5
Обед	Суп картофельный с рыбой и зеленью	250/1	116,2	300/1	162,7
	Котлета Особая	90	322,3	100	380,9
	Капуста тушеная	150	211,0	200	298,0
	Компот из ягод сушеных (курага)	200	104,0	200	104,0
	Хлеб 1 сорт	50	188,0	60	235,0
	Хлеб «Бородинский»	30	60,3	50	120,6
Полдник	Кукурузные хлопья	35	235,3	35	235,3
	Молоко кипяченое	200	46,9	200	46,9
	Фрукт (нектарин)	200	57,0	200	57,0
Ужин	Огурцы свежие порционно	100	14,0	100	14,0
	Зелень свежая (в ассортименте)	2	0,8	2	0,8
	Жаркое из сердца	300	348,2	300	348,2
	Чай Каркаде	200	61,6	200	61,6
	Хлеб Отрубной	50	150,5	50	150,5
	Хлеб 1 сорт	40	94,0	60	94,0
2 ужин	Кисломолочный продукт «Ряженка»	200	112,5	200	112,5
	Печенье сахарное «Фруктовое» промышленного производства	35	146,0	35	146,0

/ Начальник медицинской службы
Заведующая столовой
Диетическая сестра



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